# SUBARU life

斯巴鲁客户尊享
2014 年 第 4 期（总第 50 期）

## 斯巴鲁 31座森林星之旅

探访贺兰山“31座森林星之旅”

## 西行漫记

斯巴鲁探觅丝绸路



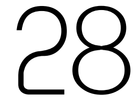

ISSN 1671-7740
9 771671 774095 20
国内刊号 :CN23-1508/G 国际刊号 :ISSN1671-7740
SUBARU 2014 定价 : 人民币 20 元

# CONTENTS 目录

斯巴鲁客户尊享



风卷起漫天的黄沙，耳畔响起悠悠的驼铃；尘埃落定，夕阳残照之下，缓缓远行的驼队，留下一队剪影，这一幕化为丝路的一种意象。丝绸之路，一条神奇的路，东起长安，西至古罗马都城君士坦丁堡，贯穿河西走廊，连接欧亚大陆，全长一万多公里。





SUBARU BRZ这款性能跑车并不是全时四驱系统的，而且还采用了自然吸气发动机，多少有些吃惊。熟悉斯巴鲁的朋友都知道，水平对置发动机与全时四驱系统算得上是这个汽车品牌的两张王牌了。







# CONTENTS 目录










## 六连星闪耀丹霞
——记斯巴鲁中国拉力车队张掖站

2014 "嘉信" 杯中国汽车拉力锦标赛(CRC)
第三站的比赛于7月18日至20日在张掖举行，
这是张掖连续第四年举办CRC，
也是斯巴鲁中国拉力车队R4赛车第二次征战张掖，
故地重游，车手及队员们都信心百倍，
表示志在必得。
面对张掖美丽独特的丹霞地貌，
车手们可以一边领略着得天独厚的自然风貌，
一边感受高速砂石赛道带来的速度激情。


**SUBARU life**
斯巴鲁客户尊享
2014 年 第 4 期

**出品 PUBLISHER**
斯巴鲁汽车(中国)有限公司
www.subaru-china.cn

**策划 PLAN**
北京中广群星至盛文化传播有限公司
www.zgspr.com

**编辑 EDITORS**
《当代旅游》北京采编中心

**合作媒体 MEDIA PARTNERS**
《时尚车苑》 www.autocircle.net

**官方微博 MICROBLOGGING**
http://t.sina.com.cn/subarulife

**SUBARU LIFE 微博**
http://t.sina.com.cn/subarulifemagazine





**国内刊号:** CN23-1508/G
**国际刊号:** ISSN1671-7740





2014年9月印刷

## 各位读者：

大家好！我是斯巴鲁中国的武藤。正值秋高气爽时节，想必大家一定很愉悦惬意。

为纪念斯巴鲁进入中国十周年，这一期以增刊的形式发行。在此，我和大家聊聊走过的“十年”。关于斯巴鲁进入中国十年间所作出的努力，有很多详细报道，希望大家闲暇时过目。接下来，请允许我从一个全新的角度来进行阐述。

“十年”这个词尤为吸引我。我不是语言学家，专业也并非语言学。对于数字，不同国家不同民族的理解也不尽相同，因此我时常发现一些有趣的现象。在汉语里，用“十年”来表述，日语里也会用相似的“十年间”来表述。相比之下英语里这样的例子则比较多，比如英语里除了用“ten years”表述外，还会经常使用拉丁语“dec”演变而来的“decade”这个单词。每种表述方式是指某个时期拥有某种固定特征，可以说，十年就是一个阶段。

回到主题中来不难发现，斯巴鲁在中国的发展恰巧结束了第一阶段，迎来第二阶段。思考未来，我更为关心如何迎接未来的十年。但这并非一朝一夕就能得出结论的事情，所以我时常为此感到苦恼。每当此时，我的脑海中就会浮现出前辈的一句教诲“工作停滞不前时，就要去工作现场和历史经验中找寻答案”。这句话意味深长，且极具实践意义，曾数次为我解除烦恼，指明了方向。

虽然这句话只是阐述了一件极为自然的事情，但我认为这其中蕴含了很多道理。在中国已步入第二阶段的斯巴鲁，在考虑如何迎接今后十年的问题时，首先应该仔细梳理第一阶段。大家亦是如此，忙碌的生活使我们无暇回顾过去。但是如果略微驻足，试着回首往事，也许会发现很多隐藏在其中且可以带领我们走向未来的启明灯。

喜爱斯巴鲁汽车的各位朋友，这十年间，是什么样的契机使您与斯巴鲁结缘？想必，每一位朋友都有着不同的故事。希望阅读这篇文章的朋友们都能重新回想起与斯巴鲁的点滴过往。



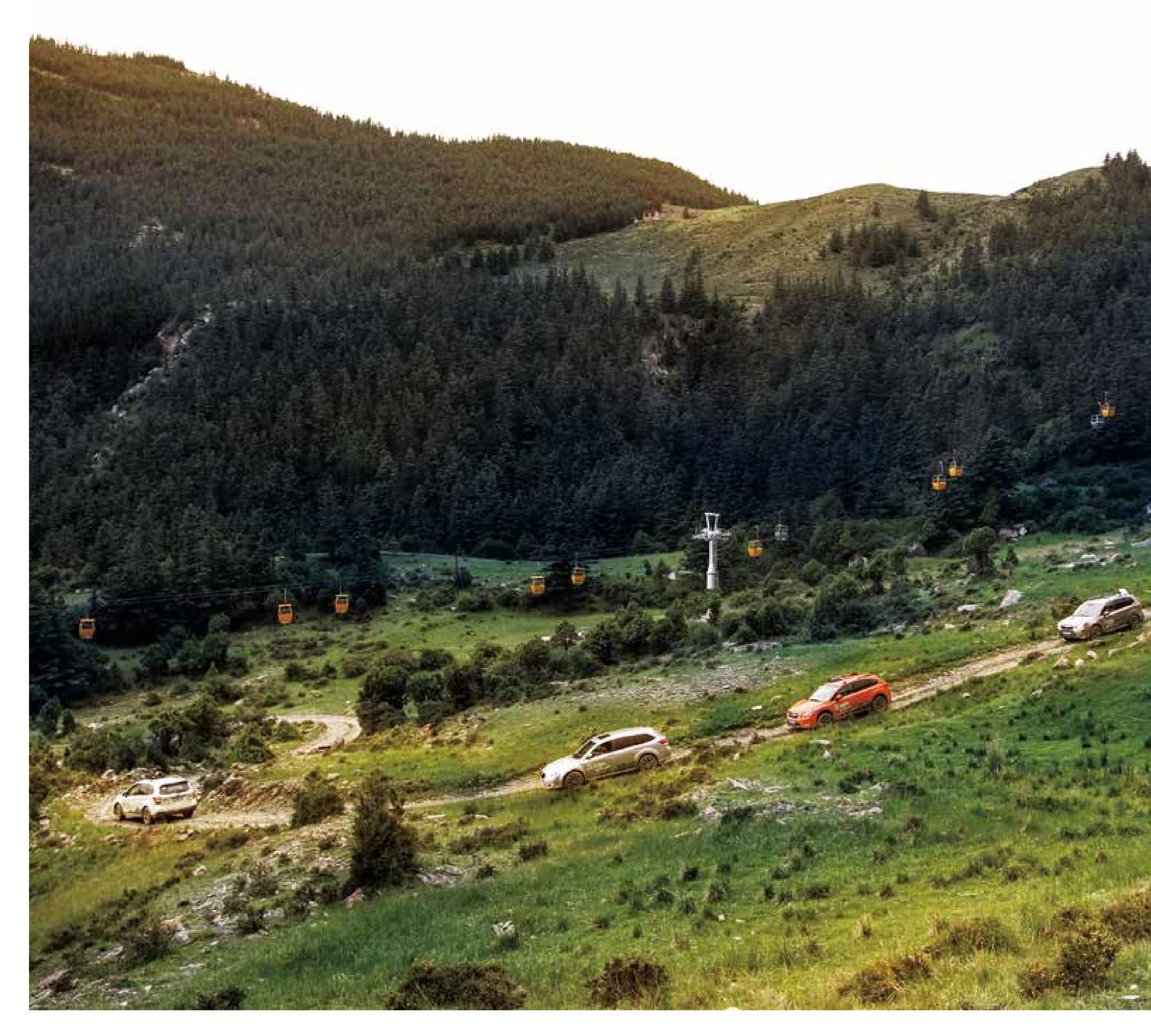

斯巴鲁汽车（中国）有限公司
市场部部长 武藤毅



# SUBARU 斯巴鲁 31座森林星之旅

## ——探访贺兰山“31座森林星之旅”

TM



7月7日-13日，由斯巴鲁汽车（中国）有限公司举办的“31座森林星之旅”第二季夏季精选站活动在宁夏贺兰山举行。本次活动中，斯巴鲁带领斯巴鲁车友和汽车媒体人士近百人来到贺兰山国家级自然保护区进行了探访，欣赏壮丽自然景色、慰问环保一线工作人员、捐赠环保物资，并完成了安置路牌、协助喂食岩羊等一系列公益任务。此站活动的圆满举行，表明今年的“31座森林星之旅”——斯巴鲁这一品牌标志性生态公益宣传活动已经渐入高潮。







斯巴鲁作为具有强烈社会责任感的优秀企业公民，不仅致力于为中国消费者提供高性能汽车产品，还一直积极关注和支持中国的自然生态保护事业，并希望以切实有效的行动为推动中国生态保护事业做出努力。与此同时，斯巴鲁一直倡导健康自然的生活方式，旗下车型采用左右对称全时四轮驱动系统（Symmetrical AWD）和水平对置发动机(SUBARU BOXER)等独特技术，行驶性能出色，车内空间宽大，非常适合长途旅行，堪称汽车中的远行专家。为此，斯巴鲁依托此前与中国林业局下属野生动物保护协会共同建立的“森林生态保护项目”，从去年开始连续两年举办“31座森林星之旅”活动，以帮助更多中国消费者参与远行，实现与大自然的亲密接触，感受绿色森林带来的乐趣，并希望在这一过程中，有效宣传森林生态保护理念，唤醒广大民众对绿色森林的生态保护意识。

斯巴鲁在今年启动的“31座森林星之旅”第二季活动以远行为主，包括全国31个风景优美的自然保护区和四川卧龙、宁夏贺兰山、江苏大丰、陕西佛坪四季精选站在内的远行目的地，使今年的活动内容异常精彩。在前不久进行的四川卧龙、天津八仙山、北京响水湖等多站活动都得到了众多消费者的积极参与。而在11月底之前，所有通过电话、网上和微信等方式成功报名的消费者都将有机会在斯巴鲁的带领下参与“31座森林星之旅”余下各站的远行。

被斯巴鲁选为今年“31座森林星之旅”精选站第二站活动举办地的贺兰山是宁夏第一高山，这里的国家级自然保护区以对野生岩羊的保护而著称。在本次成功举行的活动中，斯巴鲁车友和汽车媒体人士近百人组成了慰问团，驾驶性能出色的斯巴鲁汽车穿越包括崎岖盘山路在内的各种艰难路段，深入保护区，欣赏到高山裸岩的雄浑景色和野生岩羊纵跃攀岩的生命活力，慰问了保护基地一线工作人员并向基层保护站捐赠了物资，同时还完成了安放公益路牌、协助饲养员喂食岩羊、与保护区工作人员一起巡山、监测等公益任务。丰富的活动内容极具趣味和生态保护宣传意义，给所有参与者留下了深刻印象。

圆满完成“31座森林星之旅”第二季贺兰山站的活动，实现了斯巴鲁传递远行乐趣，唤醒社会民众森林生态保护责任感的目的，为今年全年的活动掀起高潮。斯巴鲁希望通过这一活动，继续对中国环保事业做出直接支持，为所有具有生态保护意识的车友提供一个用行动参与环保的机会，使森林生态保护理念成为社会共识并得以广泛深入地执行。斯巴鲁还期待更多消费者参与到“31座森林星之旅”第二季活动中来，与斯巴鲁一起出发，享受远行乐趣，体会森林生态保护责任，共同护卫地球绿色。

# DREAMING HELAN MOUNTAIN

# 梦回贺兰山

## ——斯巴鲁“31座森林星之旅”宁夏贺兰山站志愿者手记

贺兰山是一座独特的山脉，南北走向，横亘在内蒙古阿尔善高原和宁夏平原之间。这里山高路险，气势雄浑。如果把江南的委婉比作少女之姿，贺兰山则有西北汉子的胸怀。有幸参加斯巴鲁“31座森林星之旅”宁夏贺兰山站，让我与这座只在梦里出现过的大山，有了第一次的亲密接触。





第一次看到贺兰山内心总是有种说不出的感慨，它就在我的左侧，几乎紧挨着公路，高高的矗立着，裸露着岩石，仿佛是在平坦的戈壁滩上拔地而起，如一条黄褐色的带子伸向远方，透出丝丝绿意。山脚路边散落着山上滚落的大大小小的石块，偶尔会有一段路被石块彻底淹没。天公不作美，下起了大雨，路上的一些车开始陆续停到路边，只有斯巴鲁还在不懈前行。

全时四驱的安全保障，让我们在大雨的山路中奋勇前行，直到山顶。此行除了观赏这里雄浑的景

> 几十年前，由于人类的滥捕乱杀，使岩羊的数量大幅度减少，到了上世纪八十年代，贺兰山岩羊已不足**1500**只。

色，更重要的是为了大山深处的一种精灵——岩羊。岩羊又叫青羊，只分布在我国新疆、西藏、宁夏等少数地区，其数量比藏羚羊还少。几十年前，由于人类的滥捕乱杀，使岩羊的数量大幅度减少，到了上世纪八十年代，贺兰山岩羊已不足1500只。

随着保护环境不断得到改善，岩羊的数量开始急剧增长。每天的清晨和黄昏，或三五成群、或成群结队的岩羊像一片片流动的云，在微亮的晨光和沉沉的暮霭中腾挪跳跃、竞相出没，“岩羊走崖”已经成为这里一道靓丽的风景。

为了更加深入环保一线人员日常的工作生活，我们和环保一线人员开始一天的巡山。巡山这个看似简单的工作，却需要良好的体力和敏锐的观察力。习惯了大城市的生活的我们，在山间行走不到一

个小时，就有些气喘吁吁，而旁边的工作人员却依旧脚步轻盈。在巡山的过程中，工作人员给我们更加详细地介绍了岩羊保护区的生态环境和岩羊的生活习性，以便我们持续保护岩羊。在巡山过程中，我们同时完成了收集保护区空气样本，监测PM2.5数值等公益任务。

在工作人员地指引下，我们看到了对面峭壁上的岩羊。岩羊的颜色和山崖仿佛融为一体，只有在运动间才能看清它矫健的身影。在悬崖峭壁间只要有一脚之棱，它便能攀登上去。一跳可达2、3米，若从高处向下更能纵身一跃10多米而不致摔伤。看到这些山崖间跳跃的身影，我们更加坚定了保护它们的决心。在环保一线工作人员的指导帮助下，我们在岩羊出没最频繁的区域，安置了路牌，提醒游客注意在旅行中不要打扰到岩羊的生活。

与大自然近距离的亲密接触，对**岩羊**的深入了解，强烈的激发了我关于森林生态保护的责任感。

由于环保工作人员会定期上山给岩羊投食，他们之间达成“默契”：到了固定时间，岩羊和人就如约来到同一地点，送食的、吃食的，各自尽兴，乐得其所。这次的贺兰山之行，我们也为岩羊准备了充足的食物，并投放到了指定的喂食点。能为岩羊做一些力所能及的小事，让我们感觉很踏实。

本次贺兰山保护区深入探访，让我真正体验到了远行的含义。与大自然近距离的亲密接触，对岩羊的深入了解，强烈激发我的社会责任感。公益志愿者的身份并没有在今天停止，我愿意与斯巴鲁一起宣传森林生态保护理念、为中国生态保护事业做出贡献。












# 斯巴鲁捐赠
## 车辆和物资已抵达鲁甸地震灾区

8月8日，斯巴鲁汽车（中国）有限公司以公司工作人员和志愿者组成慰问团，从昆明出发将捐赠的车辆和物资送抵云南鲁甸地震灾区。目前，这些车辆和物资已经在当地的抢险救灾行动中发挥作用。

LUDIAN



1
2
3
4

**Legend**

1. 斯巴鲁捐赠车队火速向灾区进发

2、3. 斯巴鲁慰问团直赴救灾第一线交付捐赠车辆和物资

4. 斯巴鲁希望所提供的物资能够尽快帮助受灾民众

斯巴鲁汽车（中国）有限公司在8月3日得知云南鲁甸发生强烈地震后，即在最短时间内决定直接向受灾最严重地区捐赠价值150万元的车辆及物资。斯巴鲁在当地的经销商——云南华东斯巴鲁积极运作协调此次捐助活动，并另外筹备了价值10万余元的物资一同进行捐赠。为了使上述捐赠物资最快最有效的为灾区救援发挥作用，斯巴鲁特别组织公司员工和志愿者成立慰问团，直赴救灾第一线交付价值总计160万元的车辆和物资。慰问团一路上克服了道路垮塌等诸多困难，于8日下午抵达目的地后，通过中国光华科技基金会及云南省团委将5辆Forester森林人、雨伞、雨衣以及防寒棉服捐赠给鲁甸、巧家、会泽、永善、昭阳五个受灾最严重地区。目前，这些捐赠的车辆都已经用于赈灾过程中的人员运送、下乡防疫、消防救灾等方面的工作，其他救援物资也已交付政府赈灾部门设立的安置点统一发放。

斯巴鲁汽车（中国）有限公司相关负责人在捐赠车辆等物资全部交付完毕后表示，我们希望以最直接的方式为鲁甸等受灾地区的抢险救灾工作助一臂之力，帮助更多受灾群众摆脱困境。斯巴鲁将会继续关注灾区救援工作并随时准备提供支持，同时，祝愿鲁甸等受灾地区群众早日走出灾难阴影恢复正常生活秩序。









# 斯巴鲁再度助力
## 戈尔特斯™户外梦想实现活动

7月31日，第八届“体验无止境——戈尔特斯™户外梦想实现”颁奖典礼暨出行仪式在北京举行。斯巴鲁汽车（中国）有限公司将以提供使用车辆和出行物资的形式支持户外自驾组冠军团队实现旅行梦想，这也是斯巴鲁连续第四年参与赞助这一户外梦想实现活动。

“体验无止境——戈尔特斯™户外梦想实现”是戈尔公司面向中国广大户外运动爱好者推出的一项大型户外体验活动。这一旨在积极推广户外健康理念，吸引更多人参与户外生活、体验户外生活乐趣的活动从2007年至今已持续举办八届，帮助许多户外爱好者实现了自己的梦想。而斯巴鲁一贯倡导热爱生活、享受自然的生活方式，并希望以旗下行驶性能出色、空间宽大，非常适合长途旅行的车型给予使用者积极、健康、丰富的生活体验并享受到远行的乐趣。因此，自2011年起，斯巴鲁连续四年参与赞助这一活动。今年，斯巴鲁将为户外自驾组冠军“世人遗落的大美之地——寻美柴达木自驾之旅”团队提供物资及车辆支持。堪称“远行专家”的斯巴鲁汽车将凭借强大的动力性能和出色的操控性能帮助他们完成对艰难行程的挑战，实现户外旅行梦想，并在此过程中展现以汽车设计理念和汽车技术两方面不断创新所造就的独特品牌魅力。

斯巴鲁希望通过赞助本次活动进一步推广户外健康生活理念，促进户外运动在中国的发展，也希望有更多的消费者借助斯巴鲁汽车的优异性能和多功能性实现自己的旅行梦想，领略生活的精彩。











**链 接**

■ 2011年斯巴鲁汽车（中国）有限公司与全球著名的戈尔特斯™品牌达成合作意向，成为“体验无止境——2011戈尔特斯™户外梦想实现”活动指定汽车合作品牌。并为野外穿越/户外徒步组冠军团队成功完成对“世界最美丽的山谷——嘎玛沟”的穿越探险活动提供了有力保障。

■ 2012年斯巴鲁与再度戈尔特斯™携手合作，并设立“斯巴鲁特别路线奖”，向获奖团队提供了从北京到恩施大峡谷全程1500公里驾驶穿越的全面赞助，使他们圆满实现了自己的户外出行梦想。

■ 2013年，斯巴鲁继续赞助戈尔特斯™的户外梦想实现活动，为户外自驾组冠军“王者归来——朝拜格萨尔王之旅”团队提供物资及车辆相关支持。斯巴鲁汽车在帮助他们完成户外旅行梦想的同时，也将在整个旅程中展现斯巴鲁高性能全时四驱车型的极致魅力。





# 跨越千里，斯巴鲁“探觅丝绸路”客户体验活动圆满成功

2014年7月19日-7月22日，“远行专家斯巴鲁•探觅丝绸路”的第四站活动在嘉峪关和敦煌两地成功举行，斯巴鲁带领来自内蒙古、陕西、新疆的斯巴鲁车主和汽车媒体人士在活动中通过场地趣味驾驶比赛和游览嘉峪关关城、莫高窟等西北胜迹，再次感受到斯巴鲁汽车为所有使用者带来的远行乐趣和贴心关怀。而本站活动的结束也标志着斯巴鲁汽车（中国）有限公司所举办的这一跨越千里、历时近一个月的大型客户体验、回馈活动取得圆满成功。

斯巴鲁汽车采用左右对称全时四轮驱动系统（Symmetrical AWD）和水平对置发动机（SUBARU BOXER）等独特汽车技术，行驶性能出色，车内空间宽大，非常适合长途出行，堪称汽车中的远行专家。与此同时，斯巴鲁一直积极倡导热爱生活、健康自然的生活方式，并希望以旗下性能出色



的车型给每位使用者带来全新生活方式并使之感受其中的乐趣。为此，斯巴鲁汽车（中国）有限公司特别在7月间举办了以“远行专家斯巴鲁•探觅丝绸路”为主题的大型客户体验活动。这一活动将沿历史上著名的丝绸之路的线路，举办西安，银川、兰州、酒泉-敦煌四站，邀请全国各地的汽车媒体人士及斯巴鲁车友们在斯巴鲁当地经销商的带领下，进行巴鲁汽车场地试驾、探访历史人文景观及当地特色文明古迹等。

其中场地试驾安排专业试驾工程师为参与者讲解了斯巴鲁核心汽车技术优势和试驾注意情况后，所有参与者驾驶Forester森林人、Outback傲虎和SUBARU XV分别进行了交叉时速驼峰、单边失速平台、楼梯路、复合颠簸路、轮胎阵、底盘钢性交叉轴、蛇形穿桩等趣味科目试驾，充分体验到了斯巴鲁车型在底盘稳定性、悬挂调校、乘坐舒适性以及方向盘指向、斯巴鲁全时四驱通过性、油门响应等方面的优势。在试驾期间，主办方还设置了趣味竞赛等环节，并向优胜者们赠送了精美礼品。通过极富运动特



色的试驾活动结合核心技术展示与最新车型品鉴，所有参与者在轻松愉快的氛围中，再次体味了斯巴鲁品牌所蕴含的运动精神与独特魅力。

在探访历史人文景观及当地特色文化活动，四站安排各具特色，西安站带领大家欣赏到华夏瑰宝秦始皇陵兵马俑以及华清池和大雁塔名胜景点，并探访了道教名山华山。银川站欣赏了黄河流经后形成的格状沙丘群的独特景观，参观了贺兰山岩画博物馆和被誉为“东方好莱坞”的宁夏镇北堡西部影城。兰州站带领活动参与者游历了甘肃甘南藏族自治州的桑科草原，而随后的神秘藏传佛学院拉卜楞寺的探访更使大家领略到博大精深的藏传文化。为了更好地领略浓厚西部特色文化、尽享斯巴鲁汽车的独特驾控魅力，“探觅丝绸路”第四站特别在嘉峪关和敦煌两地举行，活动穿越戈壁游览了嘉峪关关城和敦煌的鸣沙山、月牙泉。无论是妙趣横生的场地驾驶，还是西部独特的自然景观和名胜古迹，都给所有参与者留下深刻印象。

本次“探觅丝绸路”活动丰富的内容让所有参与者深刻感受到有“远行专家”之称的斯巴鲁汽车行驶性能出色，车内空间宽大，非常适合长途出行的旅行特点。同时，也体会到在远行中实现与大自然的亲密接触，享受健康、自然生活的乐趣所在。

一直以来，斯巴鲁致力于向中国消费者提供高性能的汽车产品，与此同时也极为注重以优质的服务和贴心关怀来提升客户的整体满意度。为此，斯巴鲁不断通过形式丰富的客户活动让斯巴鲁汽车使用者享受全新的有车生活体验，并以此来回报每一位车主的支持与厚爱。






# TRAVEL ALORG THE SILK ROAD

# 西行漫记

## ——斯巴鲁探觅丝绸路

编辑/杨楠　文/群星　图/杨罡、闫明齐



风卷起漫天的黄沙，耳畔响起悠悠驼铃；远行的驼队在夕阳下留出一队剪影，这一幕成为丝绸之路的一种意象。这条东起长安，西至古罗马都城君士坦丁堡，贯穿河西走廊，连接欧亚大陆，全长一万多公里的路，犹如一条彩带，将古代亚洲、欧洲和非洲的古文明连接在了一起。这条路上曾经走过很多为了理想而远行的人，唐朝的玄奘，出使西域的张骞，把中国丝绸带向欧洲的商人……。曾经的繁华，如今已成残垣断壁，留下无尽的感慨。如今的丝绸之路早已被其它的交通方式替代，但来探寻丝路传奇的人，却从来没有间断。




**我们从西安发车，穿越陕西、甘肃、青海和宁夏四省，花了整整一个月的时间，来探索这条神秘的古路。和过去的荒漠孤烟不同，现在这条路既有高速、国道和省道，亦有山间道路和景区道路。可以让我们有各种路况的驾驶体验。**

西安是古丝绸之路几条主要线路的共同起点，所以活动的起点就在这里。西安还是相当有“人气儿”并且“接地气儿”的。从历史文化的传承角度来看，西安似乎更多更完整地传承了中国的传统。大到王陵建筑古城墙，小到平民百姓的起居饮食，在每个角落都能发现这座城千年历史留下的烙印。

从沿途遍布满街的羊肉泡馍和凉皮馆子，就让人感觉到西安扑面而来的热情。我只能说，西安的饮食、文化和西安人一样，表面平凡，可就是透着那么一股子憨厚劲儿。

作为十三朝古都，这里从来就不缺少古迹，而今天的西安是王陵遗址与文明古迹混合着城市的生活节奏，忙碌的步伐一刻也没停过。西安民间有句俗语“汉冢唐塔朱打圈”。来到西安映入眼帘的就是坚固且守卫森严的“朱打圈”——明城墙，而“汉冢”即为秦陵汉墓，这其中大家最熟悉的莫过于作为“世界第八大奇迹”的兵马俑，这里就不多提了。

在参观完兵马俑、华清池后便向大雁塔进发。从华清池前往大雁塔的路上，很幸运体验了一把飙车的乐趣。我们的森林

人因为收费站排队耽搁了一些时间，为了赶上大部队，在高速路上森林人瞬间爆发小宇宙，充分显示出水平对置发动机和左右对称全时四驱系统的优势，把一辆辆车甩在了身后，让我们的小心脏也激情澎湃了一把。

大雁塔被西安人称为 “唐塔”。传说大雁塔里至今仍保存着玄奘法师从天竺带回来的经书和佛像。而大雁塔广场作为目前亚洲最大的唐文化广场如今也是西安百姓休闲娱乐的场所。在音乐喷泉的喧闹声中，千年的古塔屹立在远方，恍惚间好像又穿越回那个朝代，这座古城也被蒙上了一层玄幻的神秘色彩。

“八百里秦川尘土飞扬，三千万老陕共吼秦腔”这两句话足以说明作为丝绸之路的起点，西安已然具备了西北的硬朗，而这里文化传承中的怀旧氛围，又不难品出她温婉细腻的另一面。无论是博古通今建筑营造的帝王格调，或是街头铺子挥之不去的平民情怀，相信你都会被这里的朴实和真挚所打动。时代瞬息万变，有些城市在华丽变身的同时区域文化中的精髓也在经济的狂轰滥炸后沦陷，并最终一去不复返，而有些城在经历千年风雨后骨子里的宽厚却依然容颜不改。






**从西安开车到银川，需要整整一个白天，全程高速。路边的景色一览而过，除了司机专注的开车外，其它人都在车里养精蓄锐，而司机应景的在车里放着上世纪八十年代的《黄土高坡》是我对这里的最初想像。可真正到了银川后，这个想像被颠覆了。由于宁夏是回族自治区，银川市的回族人口数占当地总人口数量的80%，干净整洁的街面，随处可见的伊斯兰教标志性建筑，城市道路四通八达，绿化做得也是相当到位，有很多元素丝毫不亚于一、二线城市。**

由于这里大部分的居民都是回族，当地饮食主要以牛羊肉为主，市中心的大小街道中随处可见清真的烧烤餐馆，尤其在傍晚时分几乎所有餐馆都会高朋满座，吃着烧烤，喝着当地产的冰镇啤酒，千言万语汇聚成俩字儿“美哉”！吃腻了烧烤也可以品尝西北地区的特色“手抓羊肉”。

沙坡头，乍一说可能大多数人对于此地不怎么熟悉，要是提起现在正在热播的一档亲子节目《爸爸去哪儿》大家肯定会有印象，上一季的第三期就是在这片沙漠中拍摄的。沙坡头最好玩的项目就是滑沙，游人从高约百米的坡顶往下滑，由于特殊的地理环境和地质结构，滑沙时座下会发出一种奇特的响声，人钟巨鼓，沉闷浑厚，称之为“金沙鸣钟”。沙山北面是浩瀚无垠的腾格里沙漠。而沙山南面则是一片郁郁葱葱的沙漠绿洲，我国的“母亲河”黄河还流经此地，游人既可以在这里观赏大沙漠的景色，眺望如一条巨龙伸向远方的包兰铁路，又可以骑骆驼在沙漠上走走领略一下沙漠行旅的味道。

“大漠孤烟直，长河落日圆”，这两句诗词形容这里再合适不过了。

在来贺兰山之前我只是在科教节目中看到过有关于岩画事情，这次终于有幸能亲眼目睹。贺兰山曾经是匈奴、鲜卑、突厥、吐鲁蕃等北方少数民族驻牧游猎、生息繁衍的地方。他们把生产生活的场景、信仰以及祈愿凿刻在贺兰山的岩石上。当然对于这些东西我并没有过多的研究，如果没有博物馆讲解员的带领，也只能发挥自己想像力去看这些抽象的作品。也有专家指出岩画中的象形文字是中国最古老的文字，甚至比甲骨文还要早很多。

银川镇北堡西部影城是我们下一个目的地，这里被誉为“东方好莱坞”。因以古时屯兵的两座废堡为基地而得名，镇北堡历经数百年沧桑以其雄浑、古朴的风格，以及特有的神秘韵味，已逐步成为中国古代北方小城镇的缩影，集中了大量中华传统物质文化与非物质文化，再现我们祖先的生活方式、生产方式和娱乐方式。很多大家耳熟能详的影视作品都是在这里拍摄完成，比如早期的《红高粱》、《黄河谣》、《大话西游》、《新龙门客栈》以及近期的《刺陵》等。到这里就像穿过了一条“时光隧道”，回到我们已经消逝了的过去，以此唤起我们民族的记忆。





当堪称“远行专家”的斯巴鲁高性能SUV遇上有“塞上明珠”之称的银川古城，舒适的旅途、绝美的风景，深厚的文化，这场旅行注定将成为人生中不可多得的闪光回忆。




从银川出发的高速，就变得有意思的多，整条高速嵌在戈壁滩里，很有宁浩《无人区》的感觉，大家的心已经从银川开始，变得西部化。很有意思的是西部这个词注定是要和荒芜，粗犷扯上关系的，而本次的丝绸之路西行记，我们是在中国的西部探索这份豪爽。这次用“远行专家”斯巴鲁，丈量了兰州的山山水水、把所有风土人情尽收眼底。

从银川出发的高速，就变得有意思的多，整条高速嵌在戈壁滩里，很有宁浩《无人区》的感觉，大家的心已经从银川开始，变得西部化。很有意思的是西部这个词注定是要和荒芜扯上关系，美国的西部因为粗犷和旖旎的风景，让人心生向往。而本次的丝绸之路西行记，我们则是在中国的西部探索这份豪爽。兰州地处中国版图正中，大陆腹地，南北群山对峙，东西黄河川行，城区依山傍水，山静水动，形成了独特而美丽的城市景观。汉唐以来，兰州作为丝绸之路上的交通要道和商埠重镇，在中西经济文化交流中发挥过重要作用。

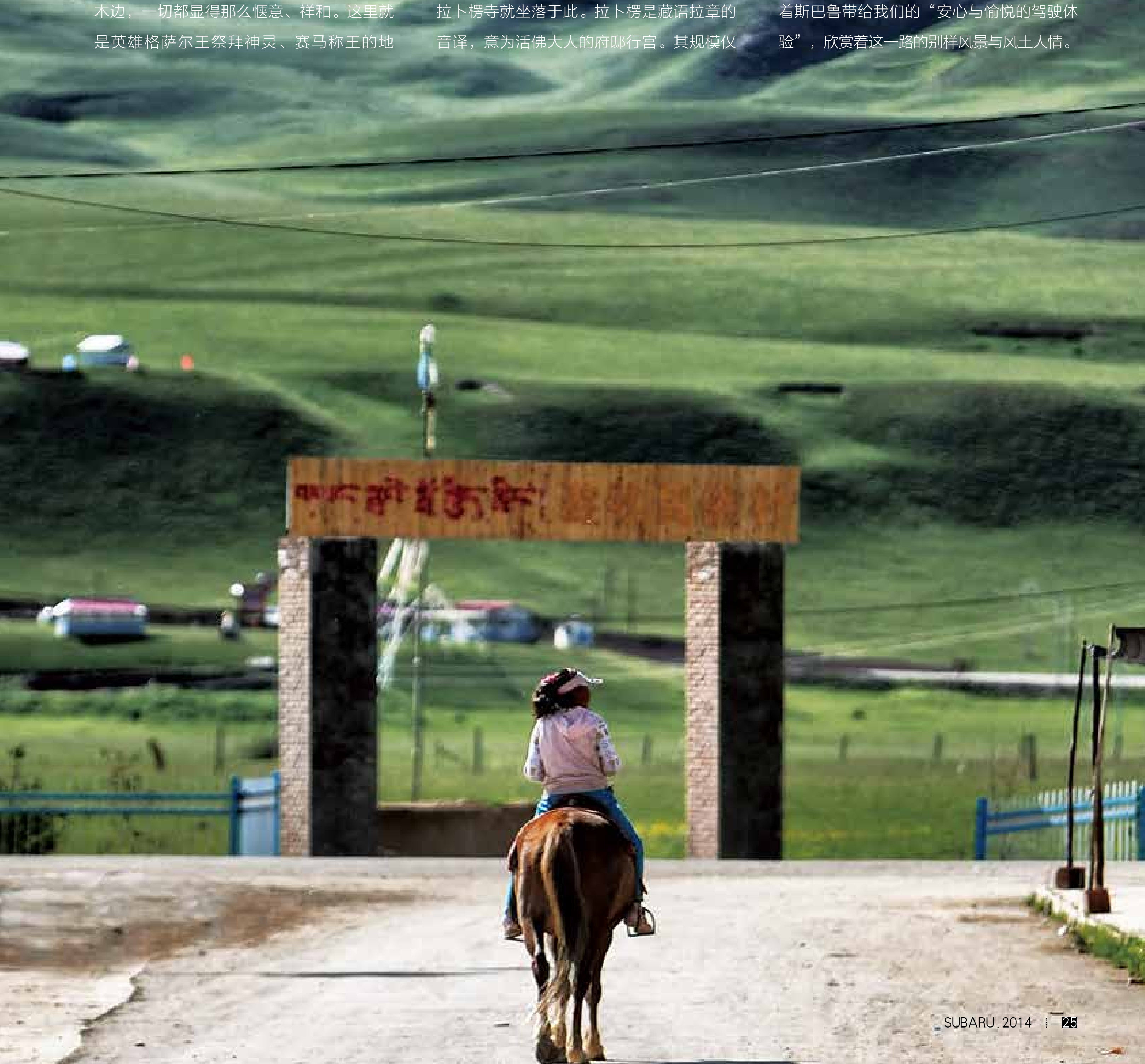


就像“不到长城非好汉”一样，到了兰州如果你没有来一碗兰州拉面，说白来也不过分。兰州拉面距今已经有160余年的历史，仍然以不变的纯正特色迎接来自天下的食客。都说“每个兰州人的早晨，是从一碗牛肉拉面开始的”，当清晨略带凉意的空气中还能嗅到露水的味道时，遍布大街小巷的拉面馆已经开始营业了，拉面师傅熟练地推揉、拉扯，满足一个个顾客或粗或细，或圆或扁的要求。通常拉面馆只供应早午饭，午后便会打烊关门，如果您意犹未尽，只能明天赶早了。

从兰州南出口上高速，随着海拔渐渐攀高，等到甘南藏族自治州夏河县的时候，已经海拔3000米以上。桑科草原位于夏河县城西南1公里处，四周群山环抱，中间开阔平坦的高山草原。夏季的桑科草原绿草如茵，似一块天然地毯铺展于天际，绿茵中各种野花争奇斗艳，绚丽悦目。大夏河从草原上蜿蜒流过，似一条哈达飘落于绿毯。几十座白色的帐篷点缀在绿草地上、小溪旁、灌木边，一切都显得那么惬意、祥和。这里就是英雄格萨尔王祭拜神灵、赛马称王的地方。桑科草原藏语称“达久滩”，意为跑马滩，也就是说这里是勇武彪悍的骑手可以放纵骏马千里驰骋的地方。这里水草丰茂，牛羊肥壮，是理想的天然牧场。当夜幕降临，炙热的太阳给西边的地平面镀上金边的时候。好客的草原人，端出醇香的青稞酒，唱起悠扬的祝酒歌，一杯美酒代表吉祥如意，一首曲调唱尽所有赞美。

在夏河县西郊，我国藏传佛教的圣地拉卜楞寺就坐落于此。拉卜楞是藏语拉章的音译，意为活佛大人的府邸行宫。其规模仅次于拉萨的布达拉宫，列居格鲁派六大寺院之一。整个建筑气势雄伟，鳞次栉比，错落有致。拉卜楞寺被誉为“世界藏学府”，僧人们在这里学习天文、地理、医药等各类科目，为佛法的弘扬和人类的发展做着巨大的贡献。沿着寺院的周围设置着无数个转经筒，每天都有无数人来朝拜祈福转动经筒，用于忏悔往事、消灾避难、修积功德。

这样的远行，抵达终点不是目的，感受着斯巴鲁带给我们的“安心与愉悦的驾驶体验”，欣赏着这一路的别样风景与风土人情。






敦煌是本次活动其中的最后一站，也是最精彩一站。当然，同为远行，现在的人们已经不用像古时那样饱受风沙日晒干渴之苦。尤其是驾驶着有“远行专家”之称的斯巴鲁汽车时，远行已经成为一种舒适的享受，一种对生活乐趣的追求。

人们常说的嘉峪关实际是指古嘉峪关关城，这座始建于明洪武年间的关城被认为是万里长城的最西起点，有“天下第一雄关”之称。远远望去，它土黄色的高大城楼巍峨矗立在戈壁之中，那种孤独而苍凉的意境直触人心。但走近之后，无论是修葺一新的城墙、售卖纪念品的摊位还是熙熙攘攘的游客，都在提醒你这里已成为一个平凡的旅游景点。站在关楼上极目远眺，关外一望无际的大漠和远处依稀可见的雪山千年未变，而令人感叹的是，古人出关时的落寞和它雄镇边关的气势已在时间的长河中烟销云散。

从嘉峪关到敦煌，要用三个多小时穿越戈壁，而斯巴鲁车内宽大的空间和舒适的配置，让这一过程成为享受。湛蓝天空之下，无垠的戈壁直铺到视野尽头，笔直的公路向前延伸，通过手中的方向盘，车辆精准反馈你的每一个操控动作，这时，会让人产生一种纵情驰骋直至世界边缘的欲望。

敦煌是中国离沙漠最近的城市，而沙漠奇景鸣沙山、月牙泉即在城南五公里处。在这里，月牙形的一汪清泉，如绿宝石般镶在鸣沙山的金黄色沙丘之间，微风起时，芦苇摇曳，碧波荡漾。泉在沙中，不干不竭，

飞沙不落，堪称奇观。遥想当年丝绸路上，牵着驼队远道而来的商旅们，在这“穷荒绝漠鸟不飞，万碛千山梦犹懒”的苦恶沙漠看到这样一片泉水该是多么惊喜。不过，如今月牙泉的水域面积已经由上世纪60年代20多亩锐减到现在的8亩多，若不是采取了人工补水的措施可能已经干涸。黄沙、碧泉以及泉边唐代风格的玉泉楼，构成如画般的风景。但这样的美丽风景却已经相当脆弱，真心希望有更多人能担起维护生态的责任，不要让这颗“沙漠明珠”就此黯淡。

在本站活动的最后，参观莫高窟成为本次旅程的高潮。在鸣沙山的断崖绝壁之上，从公元四世纪起历经千年开凿的几百个洞穴如蜂窝般排列着。在这些洞窟之中，保留着从十六国时期以来的各朝风格的彩塑造像和数万平米宏伟瑰丽的壁画，令人叹为观止。





对这个文化艺术宝藏的至美之处，并非所有人都能完全认识和理解。但每进入一个洞窟，那些饱满的色彩，舞动的线条，无须触摸，仍能让人感到当时创作者的执着和热情跨越时空扑面而来。这些静穆千载，光彩渐失的彩塑、壁画，会勾起观者前尘往事如梦如幻之感，引人久久驻足。

从西安到敦煌，一路追寻古人在丝绸之路上的脚步，我们与当时远行者到达了相同的地点，但看到的景色和感受的心情，却已经与他们不同。不过这也无所谓，因为有一些地方，你永远也到不了。即使地理位置正确，即使所有景物相符，但仍然不是你向往之处，因为那个地方只在你的心里。能够在“远行专家”斯巴鲁汽车支持下，寻梦这条传奇之路，已经十分令人满足了。



BRZ

# SUBARU 初体验

姓名：梁大海，北京土著

11年实际驾龄

试驾理由：性能跑车发烧友斯巴鲁车迷

热衷于车辆改装与RC赛车

曾组织过乐队，担任乐队鼓手

自述/**大海**　编辑/**邵将**　图/**杨罡**






## 我概念中的斯巴鲁

说起斯巴鲁这个品牌，我脑子里条件反射出几个关键词："蓝色"、"拉力"、"impreza翼豹"、"科林麦克雷"、"水平对置发动机"与"全时四驱系统"。虽然我从未驾驶过斯巴鲁系列的汽车，但在我的概念中，斯巴鲁属于一个小众、个性、运动感十足的汽车品牌。本期我受邀《SUBARU LIFE》杂志，来体验一下斯巴鲁在前一阵新开发的性能跑车SUBARU BRZ。

## 家族中的“另类分子”

当我听说SUBARU BRZ这款性能跑车并不是全时四驱系统的，而且还采用了自然吸气发动机，多少有些吃惊。熟悉斯巴鲁的朋友都知道，水平对置发动机与全时四驱系统算得上是这个汽车品牌的两张王牌了。据我所知，在中国境内所贩售的斯巴鲁汽车应该都是全时四驱系统的，然而这台车则是采用了前置后驱的布局，第一感觉，斯巴鲁怎么有点不按套路出牌了。狂热的斯巴鲁的车迷们更是清楚，作为这个厂商的王牌选手impreza翼豹WRX STI采用是DCCD全时四驱系统与水平对置涡轮增压发动机的组合，驰骋于WRC与CRC赛场多年之久，也是屡获佳绩。今天要试驾的SUBARU BRZ在我看来，到像是斯巴鲁家族中的一个“另类分子”。



## 初识

当这台车摆在我面前的时候，觉得“她”真的很漂亮，斯巴鲁特有蓝色，低矮的车身，犀利的头灯，整体外观设计极富时代感，容易让“外貌控”一见钟情。高起的轮拱配合稍显凹陷的发动机舱盖，让这台车看起来充满着攻击性，车身线条简单流畅。车顶呈流线型一直贯穿到车尾保险杠与后备箱底部的交界处，这种“溜背式”造型非常符合SUBARU BRZ的跑车风格，带有凹陷的车顶设计，有效地营造出低重心的视觉享受。原厂的尾部扩散器算得上是一个惊喜吧，没想到这种专业赛车上使用的外观套件，也会出现在平民跑车上。我个人非常喜欢这个设计，它可以让经过车辆底盘的气流以最快的速度向外排出，这样可以使得车辆上部的空气流速小于下部的流速，从而可以产生更强大的下压力使车辆被空气“压”在赛道上，配合轮胎产生更强的抓地力，跑起来更稳定，速度更快。双边单出的排气也表明了它性能跑车的身份。不得不说的还有SUBARU BRZ在大街上的回头率，实在是太高了，绝对不亚于任何一款百万价格级的超跑。



## 试驾

打开车门坐进去的一瞬间，感觉自己是被扔进来的，SUBARU BRZ简直太低了！如果改装成HellaFlush风格，真的就要“贴地飞行了”。驾驶它经过收费站时，必须要贴近些收费岗亭，稍微探出身子，伸直了胳膊才能取到缴费凭证，如果是身材比较矮小的女性，恐怕就要打开车门下来才能拿到了。看过车型资料才得知，它的重心高度仅有460mm，能营造出这样一个超低重心的效果，我想这都要归功于斯巴鲁的水平对置发动机。黑色为主基调的内饰意料之中，只是过多的硬塑料材质内饰材用料多少有些差强人意，不过还好的是，工艺比较精良，质感上乘。SUBARU BRZ并没有配备多功能方向盘，或许是斯巴鲁汽车追求的是纯粹驾驶乐趣吧，把娱乐以及舒适性配置方面淡化了，方向盘直径较小，比较有利于快速转向的操作，方向阻尼感很强，绝对的跑车风格。中控台功能虽然简单，但按键和旋钮的设计都非常的运动化，打破了传统的设计理念，给人一种新奇感，为了迎合现在的市场需求，USB和AUX接口也是应有尽有，这样一来车载CD无论是单碟的或是多碟的，都该被载入历史手册了。桶形座椅采用了真皮和绒布的混搭，既保证了驾车时背部的摩擦力又不失档次。

我平常用来代步的是台前驱车，2.0T涡轮增压，和SUBARU BRZ一样也是200匹马力，偶尔也会开车到北京近郊的山区跑一跑。虽然两台车都是200马力，但提速时的感觉却大有不同。SUBARU搭载的这台自然吸气发动机，在“Sport”模式下一直都会保持着2000转以上的转速，随时等待着油门踏板的信号，一旦深深踩下油门，转速瞬间拉高直至7000转，一股力量喷涌而出，体感上会比涡轮增压车型“温柔“不少，没有那种从后面突然有人推了一把的感觉，加速过程非常的线性，但推背感还是很比较强的。

这台手自一体6速的变速器工作起来干净利落，毫不拖泥带水，换挡时的顿挫感堪比很多品牌的双离合。虽然试驾的是AT车型，但排挡杆被设计成手挡的造型，从这种小细节上可以看出斯巴鲁车型崇尚运动的精神。SUBARU BRZ原厂调校的避震偏硬，下压阻尼感较强，回弹时有些偏弱，由于SUBARU BRZ被定义为跑车，所以走在颠簸路段舒适感不太理想，但是跑起高速路和山路来，就可以感觉到整套悬架系统对于车身的支撑还是相当到位的，尤其在山路上过弯时即便是速度快一些，也会给予比较充足的信心。

BRZ



## 总结

仅仅一天的试驾，并不能体验出一台车的全部，我仅站在个人角度去评价它，SUBARU BRZ在国内20多万的售价区间中，前置后驱布局，自然吸气发动机200匹的马力，精准的操控性以及拉风的外观，而且还有斯巴鲁这个运动品牌的影响力，其实是很有市场杀伤力的。SUBARU BRZ为了完美的操控，并没有向家庭用车尺寸妥协，采用了较短的轴距，使得它的后排空间小的可怜，乘坐正常身材的成年人基本是不太可能了，但作为储物空间还是绰绰有余的。如果按照10分制来评价它的话，我给它8分，希望斯巴鲁在内饰的用料上可以再精益求精一些，让内饰材质“软”起来。

2014 远行专家斯巴鲁致力于中国的生态梦想，通过“31座森林生态保护项目”为实现中国绿色生态梦想而努力，同时，依托这一项目所涉及的31座森林打造支持远行的平台，并举办了“31座森林星之旅”活动，为客户创造了全新的有车生活体验模式。“31座森林”栏目将持续关注斯巴鲁公益远行事业，为您记录远行趣事，介绍远行风光，分享“31座森林星之旅”中的点点滴滴。




# 斯巴鲁31座森林星之旅 夏季篇

转眼已立秋，入夜已经不再用空调，朋友圈里好多朋友都在发布夏季出游的照片集锦，感叹易逝的夏天。很多人都在这个夏天跟随着斯巴鲁“31座森林星之旅”的脚步，徜徉在斯巴鲁搭建“生态远行”的平台中，以31座森林为目的地的远行中实现与大自然的接触，感受森林带来的乐趣并在远行中唤醒对绿色森林的生态保护意识。离开城市，是一个美好的开始；没有人知道未来旅途的路况，“远行专家”斯巴鲁汽车将凭借强大的动力性能和出色的操控性协助你完成对艰难行程的挑战；而举手之劳的环保公益让远行更有意义。










这个夏天，热爱远行的斯巴鲁人跟随斯巴鲁的脚步，感受森林植被茂密的长春八台岭风景区，丰富的野生动植物；探访北京天然锦绣谷，感受集长城、古洞、山川、泉潭、飞瀑于一体的得天独厚景致，修树盘、挂鸟窝，收集空气样本，在微话题里晒一晒“你所不知道的植物妙用”；去广州鹿林观天鹿湖、登帽峰山，在森林公园完好的植被、深涧峡谷、飞瀑流泉间，发现豁然开启柳暗花明的新景致；漫步赵县，探秘千年桥文化，置身雄险壮美的丹崖绝壁，亲眼见证入选吉尼斯纪录的“天下最大的回音壁”， 感受自然鬼斧、妙合天成的同时，驱车前往嶂石岩，采集空气样本；游览山西庞泉沟自然保护区的自然风光，探秘丰富的野生动植物资源，参加斯巴鲁31座森林摄影大赛……短短3个



月的时间，“31座森林星之旅”第二季已经走过16座森林， 深圳南昆山也在其中。

## 深圳遍访南昆山

南昆山国家森林公园位于广东惠州市龙门县西南部，离深圳162公里，有“北回归线上的绿洲”之称。原始森林中空气清新，长年负离子含量浓度最高达10万个每立方厘米，是名副其实的“南粤大氧吧”，森林覆盖率更是高达97.94%。森林区内重峰叠峦，古树参天，青竹遍野，24万亩原始森林内还繁衍着无数珍稀动物、植物，被称为“动物的天府、植物的宝库”。而我们此行目的就是探访南昆山纯天然的动植物资源和奇峰异景，寻觅昨日桃花源，感受人工让位原始的天然。

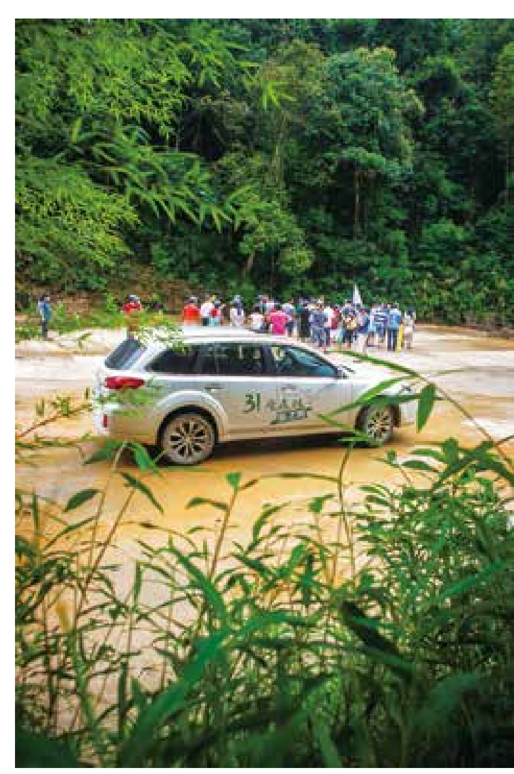
为我们此次活动保驾护航的，当仁不让

是斯巴鲁的3款SUV车型：森林人、XV、傲虎。采用左右对称全时四轮驱动系统和水平对置发动机等独特技术，出色的性能为本次活动圆满奠定了基础。在前往南昆山160多公里的路程中，车队经历了城市道路、高速公路、省道、县道，以及长达60多公里曲折惊险的盘山公路。在这种复杂路况下，斯巴鲁汽车爱好者深度试乘体验了斯巴鲁SUV车型。尤其是在盘山路段，由于深圳近期暴雨连连，多处盘山公路都因严重塌方而变得坑洼、积水、泥泞、湿滑，这对其它普通车型来说绝对是种严峻考验。而斯巴鲁SUV车型在通过这些复杂路况时，其左右对称全时四轮驱动系统不费吹灰之力，车队平稳安全地通过所有路段障碍，令所有斯巴鲁汽车爱好者拍手叫好，更是收获了一份作为潜在车主的信任。而斯巴鲁SUV车型在高速公路上的表现也令人满意，优异的提速性，不论在任何时速的情况下，都有着源源不绝的动力输出。尤其时速在100公里到120公里的高速路段，斯巴鲁森林人2.5i的平均油耗才在百公里7.5升左右，这对于四驱车型来说，绝对是SUV车型低油耗的表率。



在享用完南昆山丰盛地道的特色午餐后，大家在拓展教练的带动下，进行了环保公益任务前生动而趣味的热身运动。教练将50位斯巴鲁汽车爱好者随机分成3个小组，每个小队都为自己的队伍起了队名和口号。在规定时间内，所有队员将完成拾捡垃圾环保任务，同时沿途根据每队队长手中的任务














书，寻找到任务书中规定的植被种类和自然景观，并全体与之合影。哪个小组用时最短得分最高，哪个团队就获得本次环保活动的胜利。大家都不分彼此齐心协力，纷纷为自己的团队出力助威，在瀑布泉，在上山台阶中，在畅享齐峰异景带来的身心舒畅的同时，纷纷出色完成对公益环保任务的挑战。

结束南昆山的绿色环保任务后，在版画专家的带领下，我们又前往深圳观澜湖版画村体验文化任务。版画作为中国非物质文化遗产保护项目，20世纪30年代由鲁迅倡导兴起，便作为革命斗争的艺术武器出现在历史的舞台上。在版画体验中心老师的指导下，部分斯巴鲁汽车爱好者兴致勃勃地参与了全程的版画制作。体验完版画后，大家在晚霞中乘兴游走在客家村落改建而成的版画村内，浓厚的人文氛围和艺术气息让人恍如“大隐于世”，纷纷感叹城市中的世外桃源大抵便是如此吧，更是对未来作为斯巴鲁车主多了一份理想汽车生活的畅想。而作为深圳文化创意基地，据说这里还是中国新兴木刻运动的先驱者、著名版画家、美术理论家陈烟桥的故乡呢。

“31座森林星之旅”第二季夏季活动中，大家表示在远行中感受到了斯巴鲁汽车的魅力，在远行中发现了不一样的绿色乐趣与文化熏陶。作为“31座森林星之旅”的推动者，斯巴鲁汽车（中国）有限公司正将这一环保公益活动推向全国，让更多的人参与到保护环境的队伍中来，与远行专家斯巴鲁共赴31个自然保护区，探索发现不一样的绿色森林，于青山绿水间放松身心，让自信和公益梦想得到尽情释放。让我们敬请期待斯巴鲁“31座森林星之旅”秋季篇。

# ROAD TO THE MT.TIANSHAN

# 一路到天山

文/**刘瑩**　图/**张秀峰、胡耀博**　鸣谢/**蚂蚁会全体人员**

从上海繁华的灯红酒绿到新疆天山的繁星点点需要多少时间？
多长的距离？当你觉得自己不再适合当下生活的城市时，
有没有想过来一个完全反转的旅程？
横穿整个中国，从东南沿海到西北边塞，
胡耀博和他的兄弟连“蚂蚁会”用车轮丈量土地，
用眼界诠释生命，在路途上见证兄弟情义，在旅行间完成灵魂的升华。
他说之所以自诩为“蚂蚁会”，是因为蚂蚁渺小而平凡，
但团结在一起，可以克服一切困难，这也是他们对自己团体的诠释。





姓名：胡耀博
自驾经验：10年
职业：国际贸易
业余爱好：旅游、运动、看书、驾驶
本次自驾游线路：上海—安徽—河南—陕西—甘肃—新疆
里程：11000公里

七月的上海，温度已经飙到30℃往上。

还在持续走高的温度，还在持续走高的生活成本，像被憋在一个不透气的空间里，喘息都很吃力。遥忘犹如另外一个世界似的新疆遥不可及，但是想出走的欲望已经远远超过了遥不可及的梦想，这时，只需一抬脚的功夫，天边即在眼前了。

开始两天埋头赶路，每天行驶1200公里左右，大家都憋着一口气，准备在新疆畅快呼出。当道路两边的绿色渐渐稀少，视野越来越开阔，车窗外的戈壁苍凉广袤，一望无际的雄壮，他们知道离心中的圣地越来越近了，脚下的油门也越踩越深了。

畅快的感觉好像从一入疆就开始了，路宽车少，天高地广，像美国公路似的一眼望不到头，一种盗梦空间的迷失感给每个人又来了一剂强心针。

## “神居之所”博格达

新疆地形喻称“三山夹二盆”，山脉与盆地相间排列。天山横亘

于新疆中部，把新疆分为南北两半，南部是塔里木盆地，北部是准噶尔盆地。习惯上称天山以南为南疆，天山以北为北疆。博格达峰是天山山脉东段北支的主峰，也是东段最高的山峰。博格达像一位女王，骄傲得立在森林草原之后，和每个人想接近她的人保持着距离感。远处的雪山、山腰的森林、山麓的草原，秩序井然地逐级演替，在不到30公里的水平距离内，形成4000多米的垂直落差。

博格达峰顶冰川积雪，终年不化，银光闪烁，与山谷中的天池绿水相映成趣，构成了此地高山平湖的优美景色。据说峰顶狂风怒号，气候恶劣，温度常在冰点以下，让人想到武侠小说里那些不问世事的绝世英雄常寄居于此。抛开小说，很难相信在这样恶劣的环境下，会有生物存活。可是生命的价值就在于意想不到，在纵有少量的水也会被冻冰的高原雪山上，雪莲以及其他无名花卉以惊人的适应能力生长在冰雪覆盖的沙石上，这可以说是一个奇迹。博格达峰下起伏的群山，千峰竟秀，万壑流芳，景色迷人，资源丰富，遮天蔽日的原始森林和风光如画的山甸草原。雪线附近有雪豹出没，雪鸡栖居，密林深处不时传来马鹿的呦鸣，隐现着狍鹿、棕熊、猞猁和岩羊的身影。草地上山花烂漫，五彩缤纷，其间野生的中草药材如贝母、当参、紫草、黄芪和柴胡等等，一丛一簇，药气袭人。此外，博格达山也蕴藏着丰富的煤炭。



雪莲花，菊科多年生草本植物，生于山坡、山谷、石缝、水边、草甸，海拔2400–3470米，高15–35厘米，不但是难得一见的奇花异草，也是举世闻名的珍稀藏药。

## 中国最后一篇净土：喀纳斯湖

喀纳斯是一个可以照见灵魂的地方。在这个美丽富饶、神秘莫测的湖边，能够看到清澈宁静的湖水，湖水随着季节和天气的变化而时常变换颜色。环湖四周混合了云杉、冷杉和西伯




利亚落叶松的原始森林，阳坡被茂密的草丛覆盖，不同的植物群落层次分明，每至秋季更是万木争辉：金黄、殷红、墨绿各呈异彩。都说没到过喀纳斯，不算到过新疆。那片触手可及的蓝天，和你离的那样亲近，只有在这里，才可以体会这一生最美的心情。这里有最静的夜和最亮的星星，最遥远的村庄有着最晶莹的心灵。

喀纳斯最美的要数喀纳斯湖，一碧连天的喀纳斯湖水碧绿纯净，从远处看绿得像一块碧玉，在阳光的照射下闪闪发光；从近处看清澈见底，又像一面明亮的镜子，湖内水深浅不一，颜色也不同。湖的四周都是茂密的树木，树影倒印在湖水中，在这种情景下，谁能不陶醉呢？游船从湖面上慢慢驶过时，泛起层层波浪，让人心醉不已。

登上1068级台阶到达观鱼台，俯瞰喀纳斯，苍劲的群山环绕，雪山顶闪闪发光，喀纳斯湖如玉带飘荡，远处山坡羊儿漫不经心的移动，眼前野花随偶然经过的山风微微摇摆。那深不可测的湖蓝与天空的淡蓝营造一种时空静止的梦幻感，这里的静与美能洗去你的浮世面具，湖水照见你的今生今世，千年不变的疆域山魂让你重拾纯真和童心。只体会一刻，就好像看到的最初的自己，找到了不知已迷失多久的方向。

## 被外界遗忘的村庄：图瓦村

在两山之间，有条不宽的山谷，居住着80多户图瓦人，这里就是图瓦村。图瓦村是个长条状的村子，由于山不高，山谷便显得开阔，村庄很安详。村内错落有致地分布着用松木搭建的颇具瑞士风格的小木屋，木头小屋方方正正，村庄看上去也显得有棱有角。村中的小路向村子四周的松林延伸，一进入松林便了无痕迹。放眼望去，四周的山脉像是一双大手，将这个村庄呵护在掌心。这是一个沉睡的、被外界遗忘了的村庄。

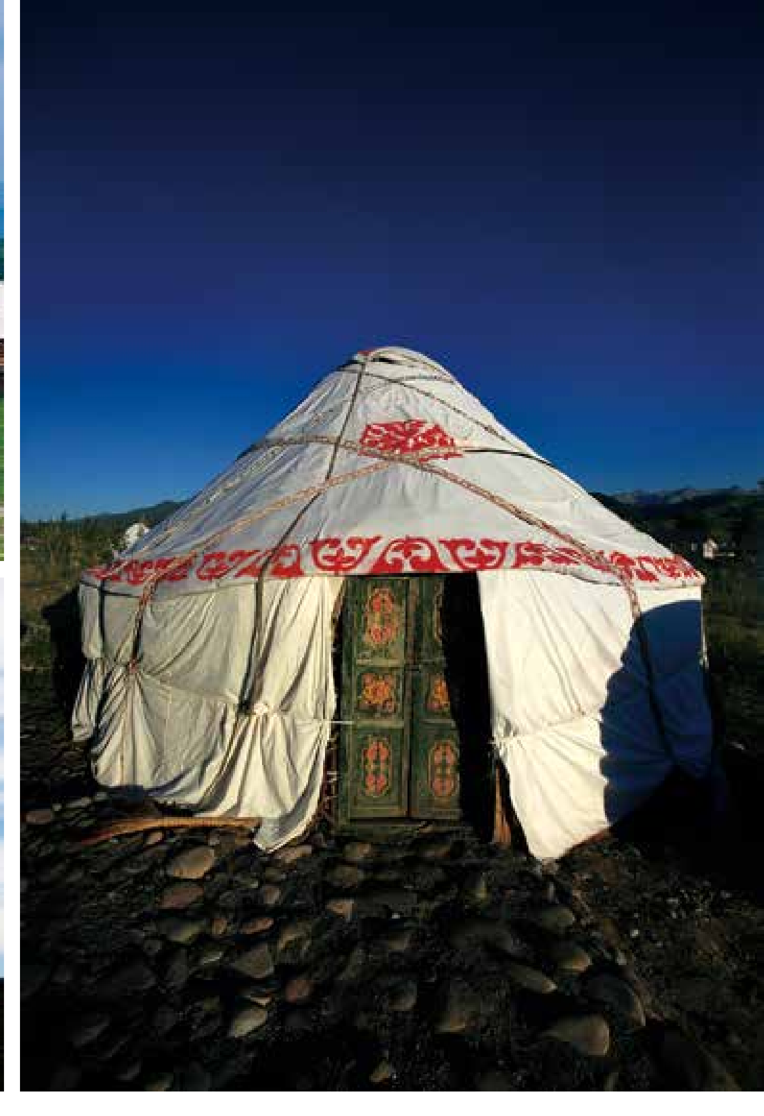
新疆喀纳斯是图瓦人在我国唯一的聚集地。图瓦人，晚清《新疆图志》里记载的乌梁海人。这支古老的民族至今仍保存着原始的生活方式和民俗风情，以游牧、狩猎为生。近四百年来一直定居喀纳斯湖畔，他们很少和外界交流，在深山中孤独地延续着自己的传奇，他们勇敢强悍，善骑术、善滑雪、能歌善舞。原木垒起的木屋、散布村中、小桥流水、炊烟袅袅、奶酒











飘香。古朴的小村景致，像喀纳斯湖一样充满神秘色彩。

和每一个游牧民族一样，马对每个家庭来说都像家庭成员一样重要。夕阳下少年在马背上英姿飒爽，没有马鞍，全凭技巧，他们挺胸耸肩，把马打得飞快。马呢，大概也喜欢这样奔跑，从家门口蹿起，箭一般驰向另一处人家。由于路途太短，往往只是倏忽一闪，便又停住，人从马上下来，进了房子，留着马在外面，低头啃吃地上的草。

## 约会瓜果之乡



新疆是我国著名的瓜果之乡，瓜果多，品质优良，在我国甚至在亚洲，都是名列前茅。因新疆地处亚欧大陆的中心，是典型的大陆性气候，干燥少雨，但高山冰雪融水却非常丰富，很便于农业灌溉，尤其是日照时间长，日夜温差大，这些独特的地理气候条件非常有利于瓜果作物的生长和瓜果糖份的积累，因

此，新疆的甜瓜、西瓜、葡萄、杏子等瓜果含糖量极高，营养成分也极丰富。



说到新疆瓜果，马上会令人想起新疆吐鲁番的葡萄。走在街巷里，随处是摆满各类葡萄的摊铺。串串葡萄晶莹碧透，皮薄肉软，汁多味甜，让人一粒尚在口中，手已不由自主地在摘下一粒了，如此的水果，怎能不让人流连往返。还有举世闻名的新疆哈密瓜，香甜脆口，西瓜瓤沙汁甜、杏子香润柔嫩、香梨汁多肉脆、无花果软绵香甜、苹果甜心脆口、石榴酸甜开胃、大枣脆甜清香及李子、蜜桃、樱桃、蟠桃、海棠果、香瓜、梨瓜、沙枣、核桃、巴旦木、桑椹、草莓、乌梅等，是不是已经开始流口水了？

如果用瓜果的香甜形容美丽的维族姑娘，那一把锐利英气的英吉沙刀，就是新疆少数民族男子的象征。

维吾尔和哈萨克等民族的成年男人们都喜欢随身携带一把心爱的刀子，用于日常切瓜、解肉、宰羊等，有的只是作为一种装饰佩挂在腰侧。这种小刀大多刀刃锋利，造型美观，做工精致。南疆各地虽然都有生产小刀的地方，但数英吉沙小刀最为出名。英吉沙小刀在新疆好比杭州的“王麻子剪刀”，维吾尔族的传统手工艺品，造型别致，制作精巧，既可作刀具，又有艺术欣赏价值。

新疆英吉沙县芒辛乡十社是英吉沙小刀的发源地，已有300多年的生产历史，这里是小刀生产的专业村，在村子里，你随便走进哪一家，都可以看到小刀生产的过程。小刀的主要生产原料有白银、白铜、黄铜、贝壳、牛骨、骆驼骨、有机玻璃、塑料、宝石和钢铁等，英吉沙小刀长短不一，最大的达半米以上，最小的仅两寸左右。

14天的路程结束，每向前一公里，离心中的自己就会更靠近。在长途跋涉之后，拖着疲惫的身体返程时，心中燃起的却是启程时的热情和信心百倍，我们都知道，这不是一段路程的结束，而是新生活的开始。



感谢蚂蚁会全体人员：陆徐强、杨建军、张秀峰、杨翰文、雷春波、龚立勇、胡耀博、姜述飞





# THROUGHT THE LAND OF MIDDLE-EARTH

# 穿越中土世界

## ——新西兰游记

文/刘瑳　图/张陆昊 曹静

新西兰，这个全球最年轻的国家，似乎是为了证明这个世界上的浪漫场景而存在的，鸟儿在这里没有天敌，满眼苍翠的绿地，世界各地的移民来到这里和当地的毛利文化和谐共处，日子舒服得有些太过安逸。新西兰拥有着罕见的美景和无与伦比的多样化地貌特征，造就了电影《魔戒》中美轮美奂，犹如仙境般的魔幻世界，而在现实世界里，新西兰又是一个极爱刺激的国家，这里是户外运动的乐土，“蹦极”便是在新西兰首创。

# 英国之外的“英国”

## British land beyond“British”



新西兰西海岸。一路基本在穿越浓密的原始森林，仅有31000人口的西海岸至今依然保留着早期的开拓风格。这一带的野外风光以河流、雨林、冰川和地质矿藏而闻名。以往的传说和故事与这里的每个地貌特征密切相关。

半夜到达奥克兰，为了能赶上凌晨前往基督城的航班，还是决定在机场委屈一宿了。清晨的飞机上，当初升的太阳从远处的云层中溢出鹅黄的光晕时，好似慢慢长路之后，找寻到新的生命一样，一切看起来欣欣向荣。

基督城位于新西兰南岛的东岸，是很多游客来南岛观光的第一站。规划整齐的街道花园、典雅的维多利亚式建筑，来到这座处处洋溢着英伦风情的城市，千万别以为是来到了英国，这里是被英国人称为“英国以外，最像英国”的城市，安静的雅芳河蜿蜒流淌，古老的住宅建筑构成了生动的艺术区，搭乘独特的有轨电车游览，一种不同的体验让心情自由自在。

教堂广场是基督城的中心，常有各种街头艺人表演。比较有名的是“魔法师”的演说——通常是午后，在这里可以看到一位蓄着大胡子戴着巫师帽的男子激情地发表着演说。广场正中的天主教堂是一座石灰石的哥德式古老建筑，高大肃穆，是基督城最重要的地标与精神象征。我们来的不是时候，听说每年的八月，基督城都会举办一个为期七天的节庆，在基督城的美术馆当中展出当地的爵士乐、食物与酒类。如果时间充裕，还可以去剧场、现代美术馆或者市立音乐厅感受文艺熏陶，你甚至可以在基督城赌场试试手气。

晚间8点的天空在落日的映照下泛着宝石一样的蓝光，给一天的琳琅满目、目不暇接做了收尾，基督城是南极考察队的发起点，也是我们本次新西兰西海岸自驾游的第一站。

叫黑沙滩的地方有几个，但最美的还是新西兰的PAIHIA的黑沙滩，海景天水一线，海涛声声，海边沙粒黑黑的，细细的，沙地并不深陷，平坦得像沿海岸线铺展的黑色绸缎，踩在上面柔软滑润，一步一个脚印清晰可见。海边礁石嶙峋，悬崖峭壁，海水冲力大，伴有暗流险滩。 伫立黑海滩，这里晴雨交加，几乎同一时间，东边阳光，西边乌云，北边飘雨，南边云雾，变化莫测，景象万千。

黑沙滩的形成，一说是海底熔岩中的泥层，在火山爆发中翻出地面，与海边的泥土粘合在一起，加上海水和风力日积月累，熔岩与泥土形成了海边的黑沙滩。二说是在海洋特定环境下，形成了黑色次生矿海绿石，受海流影响，再经风浪携带到海滩，使原来的白沙滩或金沙滩变成了罕见的黑沙滩。

在黑海滩景区，周边是悠闲的海边小村，沿岸依山有各式各样的度假村，也有不少是富人们的别墅，环境幽静，极致享受。

令人神往的是，这里曾诞生了一部奥斯卡经典影片《钢琴别恋》，长久地留给人们一段凄美的爱情故事。然而现在的黑海滩，眼前看不到与这部反映十九世纪影片相关的记载痕迹，看到的却是岁月逝去后，还是那永远不变的海风、海水、海滩，让人遐想翩翩。


海外游
Overseas









## 煎饼岩
Pancake Rocks



在开车前往普纳凯基的沿途风景极美，蜿蜒山路的一边就是惊涛骇浪的南太平洋，一边是青青牧场。无论开车的人还是坐车的人都是享受。普纳凯基的帕帕罗瓦国家公园，因海岸边的岩石像无数叠起煎饼而得名为煎饼岩。煎饼岩的形成据说是由3000万年以前的远古海洋生物遗体残骸中石灰质部份经年累月堆积，再经过千百万年雨水、海水、海风侵蚀而形成的横断层石灰岩，形成了一片天然雕塑。

**煎饼岩是一个被严重侵蚀的石灰岩地区，在涨潮时分海水通过大量垂直的喷水孔爆发。**

在离岩石很远的地方就已经听到海浪的轰鸣声，海水卷起浪潮冲激着岩石。激起漫天雾沫。朝着海浪的声音往里面，穿过一块丛林，眼前出现了一片岩石，轰鸣的海浪声就是从这边传过来的，黄昏的西海岸漂亮至极，海天一色，这样的大自然鬼斧神工的雕塑，千姿百态的煎饼岩，可以让你想象出很多故事。

由于煎饼岩是一个被严重侵蚀的石灰岩地区，在涨潮时分海水通过大量垂直的喷水孔爆发。站在喷水孔前的观景台，看着海浪涌进岩石的底部，透过喷水孔涌向天空，场景壮观宏伟。以至于每次海浪喷出来，景观台上都会有游客发会“哗”的感叹声。

离开喷水孔，在岩石中穿行着，看海浪冲向岩石，拍向海岸，很是震撼非凡。






# 被上帝偏爱的小镇

## The town god loves



上帝真的太偏心了，将如此多的美景聚集在这样一个小镇。皇后镇被南阿尔卑斯山所环抱，门前是颜色艳丽的瓦卡蒂普湖。这里四季都是不同的美景：春天繁花似锦，夏季蓝天艳阳，秋季层林尽染，冬季白雪皑皑。不论是从哪个角度看，这里的景色都是完美的。至今，市民渡湖仍沿用传统的老式独木舟。新西兰因其多变的地理景观，被喻为“活地理教室”，而皇后镇是全国地势最险峻、美丽而又富刺激性的地区，故该区以“新西兰最著名的户外活动天堂”而得名。皇后镇拥有新西兰最高档豪华的下榻之所，吸引了世界上不少的社会名流与品味高尚的游客。无与伦比的自然风光加上趣味无穷的休闲活动，皇后镇当之无愧为终极的奢华之地。

**皇后镇享有“冒险之都”的声誉，喜欢冒险运动的人们可在这里从事蹦极、喷射快艇、滑翔风筝、橡皮筏漂流等多样化的旅游活动，无论是壮丽的峡湾景致，亦或是黄眼企鹅的可爱模样，这里均显得如此与众不同。**

在这样一个宁静优美的地方，新奇刺激的旅游项目多不胜数。皇后镇享有“冒险之都”的声誉，喜欢冒险运动的人们可在这里从事蹦极、喷射快艇、滑翔风筝、橡皮筏漂流等多样化的旅游活动，无论是壮丽的峡湾景致，亦或是黄眼企鹅的可爱模样，这里均显得如此与众不同。由于新西兰早晚温差特别大，中午暖和，10点钟了大街上人还很少，在皇后镇中心逛逛，会发现真没有几家百货商场或者超市，满大街基本都是酒吧、礼品店和旅行问讯处，其他就是卖户外用品的商店。

很多人会以为电影《魔戒》的外景地在惠灵顿，但是其实很多人不知道，在皇后镇的周边，也散布很多《魔戒》的外景地，在镇上的纪念品商店，寻找到你最喜欢的《魔戒》人物之后，不妨也驱车去看看，一定不虚此行。

# 人间净土
## The pure land on earth

雪山、冰川、河流、湖泊、山林以及动物和高原植被，这些给人无法比拟惊奇的地方是我们下一个目的地，也是来新西兰必到之地，库克山国家公园。屹立在群峰之巅的库克山顶峰终年冰雪覆盖，而群山的谷地里，则隐藏着许多条冰川，有呈赭石色的冰蚀湖，有清澈翠绿的雨水湖，山影碧波，风光无限。

南阿尔卑斯山雪融之后的水流经好几个湖泊后，来到南坎特布里平原的威塔河，然后东流注入南太平洋。在蒂卡波湖边，坐落着一个小小的教堂，还有一只牧羊犬的雕塑，它们都静静地守候在湖畔，记载着这里的故事。蓝天、白云、雪山、碧湖、绿色相间的原野和山林，五彩缤纷的花朵，没有人烟，只有大自然的风声掠过人们的耳际。



**蓝天、白云、雪山、碧湖、绿色相间的原野和山林，五彩缤纷的花朵，没有人烟，只有大自然的风声掠过人们的耳际。**

一路上忽晴忽雨的天气，让蒂卡波湖更添了几分娇媚。这是新西兰最美丽的湖泊之一，在阳光之下，湖水呈奶兰色，它不是由于水深而显出的湛蓝，而是冰川湖泊所特有的那种混混沌沌的蓝，仿佛在蓝色的水中加入了牛奶一般，美不胜收。现在的蒂卡波湖美丽迷人，四周围绕着被雨后金色灿烂的阳光笼罩的树丛和白雪皑皑，一望无际的雪山，而最初它只是一个未开发的冰河，由于蒂卡波湖底里特别独有的青绿色的岩石，使整个湖面呈现一种翠绿迷朦的梦幻景象。以“人间净土”来形容蒂卡波湖，最为贴切不过，它却仿佛一处远离凡尘的地方，平静无浪、清澈见底的湖面倒映着四周常年雪封的南阿尔卑斯山脉。



## 帆船之都
The City of Sails



新西兰的教会文化很深，周末去教会，会认识很多人。很多教堂虽然没有富丽堂皇的奢华，但很有味道，周末听唱诗班的人在那里唱歌真是享受。

又回到了起始点，有种回归的感觉，眼前的一切不再显得那么陌生，奥克兰是新西兰第一大城市，自1840年起，奥克兰做过25年的首都，后来殖民政府才将政权中心移至惠灵顿。由于奥克兰的地形非常适合帆船运动，城中居民多拥有私人船只，所以又有“风帆之都”的美誉。想像一下有这么一个城镇，环境优美，拥有美丽的海滩，迷人的小径，和众多让人痴迷的小岛。阳光宜人的气候，玻利尼西亚纯朴的文化，加上美酒佳肴和购物天堂，没错，你脑中的这幅画卷就是奥克兰的真实写照。然而有意思的是在毛利语中，奥克兰得名于Tamaki-Makau-Rau，意思就是纯洁的少女和一百个情人。这是由于该地区有众多部落的缘故。

新西兰的教会文化很深，周末去教会，会认识很多人。在位于热闹的帕奈尔路里侧的圣灵大教堂，沿袭了文艺复兴风格的浪漫建筑，现已成为帕奈尔的地标性建筑。祭坛内侧可观赏匠心独具的彩绘玻璃，有狮子等各种动物造型。柔和的阳光照入窗内，气氛宁静平和。教堂夜间灯火辉煌，夜晚的风貌更显优雅迷人。虽然没有富丽堂皇的奢华，但很有味道，周末听唱诗班的人在那里唱歌真是享受。

新西兰,就像它官方旅游宣传片里无数次重复一句一样，forever young……，年轻微笑的面孔，热情地欢迎世界各地的朋友，这里有古朴的文化、干净的环境、刺激的生活。如果有一天，当我不经意间抬头仰望星空，一定会想念新西兰的南银河煤袋星云和南十字星。

新西兰，现在正值年轻，而且将永远年轻！







**张贝勒**

1988年生人

现为北方昆曲剧院小生演员

大型昆曲《长生殿》主演

《昆曲中国》昆曲课程主讲

北京戏曲评论学会昆曲研究组组长




《长生殿》饰 唐明皇



与老师蔡正仁排练昆曲中

# KUNQU LIFE
# 昆曲人生
## ——访昆曲小生张贝勒

文/刘瑳　图/杨罡　张贝勒

位于陶然亭地铁站东侧的北方昆曲剧院，云集了北派昆曲的顶尖精英和研究者。走进演员排练用的小剧场，空气中弥漫着潮腻的汗味，台上两个武生演员正在反复练习着同一个回身抬腿的动作，耳边回响着的也是脚一次次落在舞台木质地板上沉闷的声音，台下空空荡荡的椅子斜搭着演员们练功用的各种道具和服装，像每一个没什么特别的下午一样。无声的练习，枯燥的腾空、翻转、抬腿，没有交流，没有指点，见证他们的只有脚下年久失修、锈迹斑斑的地板，和舞台后方墙上写着的十个醒目的大红字“台上一分钟，台下十年功”，这就是每一个演员的生活，每一个昆曲演员的生活。



## 昆曲，靠谱！

贝勒不是艺名，因为祖上有一点八旗关系，父母也就顺水推舟给起了这个名字，被好奇的人问习惯之后，倒不会觉得有什么奇怪，“只是一个名字而已”他说。

按照约定时间，张贝勒在剧团门口等着我们，胳臂下面夹着一个两指厚的大本子吸引了我的注意，落座后他便翻开这个本子解开了我的疑惑——一本昆曲的唱本。信息量很大，细节标注细致，细致到每一个字的发音、音调、长短都有规定。每一页只有两竖行文字，这些看不懂的圈圈点点就标注在每个字的旁边，密密麻麻。张贝勒说，“到现在为止，我基本没有见过哪个曲种的唱本可以拿出来让人看的，但是昆曲却有，所以说昆曲在文字上的精雕细琢和节拍上的精益求精一定是前无古人的，它把昆曲唱念方面最经典的东西流传下来，形成了现今的昆曲文化，我觉得这是对世人的贡献，而我的任务就是承载、传承。”



从元代后期诞生的昆曲，它的成长代表了中国戏曲的成长，在历史中逐渐演变丰富，每一个时期的昆曲，都包含着艺术家们的智慧和对昆曲的美好向往。在不断成长中，对其他戏剧剧种的形成和发展都有直接的影响，这也就是人们常常把昆曲成为“百戏之祖”的原因。2001年5月18日，昆曲被联合国教科文组织命名列为“人类口述和非物质遗产代表作”。让这个以鼓、板控制演唱节奏,以曲笛、三弦等为主要伴奏乐器的古老艺术文化被世界所认识。

2008年北京奥运会开幕式，昆曲亮相其中，作为独具特色的中国文化精髓展示在世界面前，委婉细腻、流利悠扬、婉丽妩媚、一唱三叹，好像主人公的命运就系在这一字一句间，一声声的挑动观众的心弦。

## 老天爱笨小孩

当张贝勒说道：“其实我是属于比较笨的那种人”时，我脑中崩出的竟然是刘德华的一句歌词：“老天爱笨小孩……”

他说除了从小练习声乐的底子外，自己没有任何声音条件是适合唱昆曲的。而就这点底子，在青春期变声结束之后，变得连渣都不剩了，行话里说：“祖师爷没赏这碗饭吃”。很长很长的一段时间，他都是在迷茫甚至痛苦中原地打转，因为他不知道自己下一步该怎么迈。

16岁的时候，他听说音乐学院有一个教授，可以运用科学的方法矫正发音问题，在业界非常有名望。他记得那天自己怀揣着极大的希望，排了很久的队，其中还把自己

的号牌让给从外地赶来，当天必须赶回去的一家人。结果，教授在看了他的口腔和喉颈，听他发音之后，委婉地说：“可能不会有什么变化了”，这一句犹如一道死刑判决。张贝勒说：“出来时音乐学院正在拆迁重建，看着眼前的一片废墟，和我已经崩溃的心情特别映衬。”天渐渐的黑了，可是这结果比这天色更让人绝望。

都说：笨孩子都比较轴，认死理，一根筋。真的是太向往舞台了，张贝勒还是说服自己不要放弃，再坚持坚持。

## 难忘的掌声

每一个演员，都渴望掌声，那是来自观众对自己的认可，对自己付出的回报。

张贝勒也一样，但是在最初的时候，掌声基于他就像奢侈品一样。在得知自己的嗓子条件不是很好的时候，他也考虑过做武行，只要能够有留在舞台的机会，就不放弃。看着同届的同学们已经开始站在舞台上表演，而自己却还是一个人在练功厅里为有朝一日可以登台的梦想努力时。张贝勒觉得自己的梦想就像前方忽闪摇摆的灯火，能够看到它的存在，却不知道它离自己到底有多远。

他说那个时候，他总是花比别人更多的时间练功，为的是就算自己嗓子不好登不了台，也可以凭一身的真功夫得到观众认可的



掌声。每天下午，功厅里只剩他一个人，卸下已经被汗湿透的武戏靠旗，看着镜子里满头大汗的自己，他会轻轻为自己鼓掌，击掌的回声回荡在空荡的功厅，显得那么的孤独又尤其的振奋人心。也只有在这个时候，他好像可以看到台下此起彼伏为他而想起的掌声，那是他坚持下去的动力。

每个人都会路过人生的转折点，在这个时候，你将重新面对人生的起点。张贝勒的转折点就是从遇到昆曲名家蔡正仁老先生时开始的。一次文化交流的机会，他见到了昆曲名家蔡正仁老先生，就当是老天多给的一次机会，他想赌一把，毛遂自荐希望可以拜蔡正仁老先生为师，为他指点一二。老先生没有拒绝，听了他唱完一段之后，虽然皱着眉头，却也答应试试，看看能不能有发展。蔡正仁老先生一再强调："师傅领进门，修行在个人"。

如果说遇到他之前，蔡老先生只是业界一位德高望重的老前辈，那么在拜师之后，他渐渐成为张贝勒心中德艺兼备的偶像，是张贝勒今后想要成为的人。他说："我当时去拜师的时候，心里真的很忐忑，其实老师完全可以不必理我，但是他愿意教我，只是因为我对昆曲的热爱，他这种有教无类的胸襟和气度，让我特别敬佩"。

在和蔡正仁老先生学戏的这几年时间里。张贝勒从一个发声一个音调重新学起，面对嗓子反复前进回落蜗牛似的前进，他没有放弃，老师也没有放弃，张贝勒说："包括现在，我的嗓子都还在这个反复的拉锯过程中，只是相对稳定一点，所以我从来都不敢怠慢了练习"。



2011年，在上海举行的全国青年昆曲演员汇演，老师鼓励他去参加，虽然团领导有些许顾忌，但是出于对蔡老先生的信任，还是决定让他去。他参演的曲目是《长生殿•闻铃》的片段，整个半小时的唱段，难度系数非常高。虽然蔡老前辈在赛前拍着胸脯说："我这个学生还是非常不错的。"其实这也是他第一次看张贝勒正式演出，紧张地捏了一手的汗。

张贝勒记得特别清楚，当时他的出场次序偏后。音乐已经响起了，可是台下早已审美疲劳的观众各个心不在焉如座针毯，但是当他张嘴唱的时候，台下突然安静了，第一段唱完的时候，有观众开始自发的鼓掌。这是张贝勒等待已久的掌声，来自观众对他这么久以来努力的回报，为了这一刻，他觉得过往所付出的一切都是值得的。演出结束后更加轰动的掌声，让张贝勒第一次体会到了一个演员的荣耀感，他知道自己享受这种感觉，他知道这条路他走定了，走到底。

## 传承的意义

今年4月张贝勒在北京演完《长生殿》就立马赶往上海，因为五月份，蔡正仁老先生在上海也演相同的剧目。这相差半世纪师徒两演同一只剧目。张贝勒说："老师已经70多岁了，还活跃在昆曲的舞台上，依然有很多值得我们学习的地方。我的愿望就是，在我70岁的时候，也能像老师一样，一直唱下去"。

现在张贝勒经常到各地演出，不光演出传统剧目，也会参与创作一些新编剧目。他说，"相比于扬名，我更看中的是承载和传承。昆曲是我国最古老的戏剧之一，对于我们自己创造出来的东西，是不是可以更深层的去研究挖掘它。昆曲的文字形成和音乐形成都经历了上百年的时间，这是极大的文化资产，是不能丢弃的文化瑰宝，它需要我们的保护。

06年的时候，邓丽元凭着年少的冲动和对当时改良旗袍的种种天真的想法，开始她的第一单生意，身后只有妈妈支持她，从此这对母女档女儿设计妈妈做，一路跌跌撞撞也走到了现在。邓丽元说："我特别感谢最初那些信任我的客人们和在我起步时赏识我的贵人，当然，还有一直在我背后默默支持我的妈妈。旗袍是中国女人永远丢不掉的灵魂，它一直都在，只要你穿它，就会看到自己灵魂的另一面。"

# CHI-PAO THE ONLY CONSTANT IN THE CHANGING WORLD

# 世界在变，旗袍不变

文/**刘瑳**　图/**杨罡**　鸣谢/**红馆旗袍**

起初只是因为工作的缘故，走进了这间由邓丽元女士与母亲张雅茹女士共同创建的旗袍定制会馆，看着室内展示的一件件样式古老，年代韵味久远的手工艺术作品，心中翻滚着的是陌生敬畏之情，它们背后未知的神秘感让我的身体不自觉地和它们保持距离，甚至不敢触碰。好似易碎品，怕破坏这么美好的物件。

采访间也是小心谨慎，张雅茹女士好像猜透了我的心理，一直鼓励我试一件看看改变之后的效果，并目测为我挑选了一件合身的递过来，推辞不得硬着头皮走进试衣间，当我踩着高跟鞋，穿着真丝面料严丝裹体的旗袍站在镜子面前时，我被镜子里的自己震惊到了。镜子里是一个脱胎换骨的我，没想到一件衣服竟然会有这么神奇的魔力。一件经过百年传承改良，依然被无数女人不断诠释演绎的衣服，此刻，我对它背后的故事更加好奇了。


福
福

**小贴士**

清末旗女之袍与民国旗袍的主要差别有三点：
1. 清末旗袍宽大平直，不显露形体；民国旗袍开始收腰，表现体态或女性曲线。
2. 清末旗袍内着长裤，在开衩处可见绣花的裤脚；民国旗袍内着内裤和丝袜，开衩处露腿。
3. 清末旗袍面料以厚重织锦或其他提花织物居多，装饰繁琐；民国旗袍面料较轻薄，印花织物增多，装饰亦较简约。

## 旗袍的前世

清朝入关，满人一统天下，他们号称八旗子弟，又被称为旗人，旗人之袍即为旗袍。他们将服饰传入中原，旗袍有了最初的样子。

入关之前，满族妇女生活十分简朴，所穿的旗袍非常朴素简洁，色调也比较素雅，不重装饰。由于满族人善骑射，袍装前后开衩，便于上下马方便。入关后满族妇女所穿旗袍的装饰逐渐变得繁复起来，素色衣缘逐渐被绣上纹饰，变成了道道镶嵌，并逐渐以多镶为美，从开始的三镶三滚、五镶五滚发展到“十八镶滚”，极尽奢华。从故宫博物院珍藏的慈禧太后和皇后婉容的照片中可以看出，整件衣服全用花边镶饰，连衣服面料的本色几乎都被掩盖了，绣、盘、镶、嵌、滚、荡、钉，各种如意纹样等样样俱全，早期旗袍简练自由的风格被繁冗的装饰所替代。但旗袍宽腰直身式的造型却没有变，直到清晚期，旗袍还是属于直筒式平面化的样子。这种旗袍从外形上看大多采用平直线条，衣身宽松，两边开衩，腋部略有收缩但不明显，胸腰围度与衣裾的尺寸比例较为趋近。在最能突出女性美的曲线美上，旗袍始终以沉默相对。这样一袭直筒形的旗袍，从清初的庄妃一直穿到了末代皇后婉容，在三百年间基本上没什么变化。



而民间，在清朝长达三百年的统治时间，给了旗袍和汉服充分的融合时间，不但是裙装和裤装的结合，更有样式的变革，其中最时尚的，当数元宝领的出现。领衬很硬，高达四、五寸乃至六、七寸，几乎与鼻尖持平，不仅把脖子裹的严严紧紧的，而且遮住了半边脸颊，正面看上去形似元宝而得名。元宝领以适宜的角度，斜斜地切过两腮，不是瓜子脸也变成了瓜子脸，因此很受清末女子的欢迎。当时的竹枝词曾形象地



描写道："娇娆故作领头高，纽扣重重掩不牢，但诩盘来花异样，香腮掩却露樱桃"。在烟草公司绘制的广告中便是穿着这种当令时装的美女，树着高高的元宝领，穿着过腰线的上衫，裙角露出一双三寸小金莲，虽然仍不脱传统的窠臼，但却在古典中透露出新时代妇女解放的丝丝新气息。

## 旗袍的今生

辛亥革命的爆发，推翻了中国历史上最后一个封建王朝，把传统苛刻的礼教与风化观念丢在了一边，解除了服制上等级森严的种种桎梏，为西式服装在中国的普及清除了政治障碍，也为旗袍划分出前世今生的分水岭：前世，它雍容华贵，是皇权贵族的象征；今生，它婉约妖娆，是回眸一笑般的醉人韵味。

此时的时装流行中心早已由苏、扬移至上海。上海又是妇女寻求解放的重镇，传教士、商人、革命党人竞相创办女学，掀起了一股女权运动浪潮，寻求解放的社会大气候荡涤着服饰妆扮上的陈规陋习，趋向于简洁，色调力求淡雅，注重体现女性的自然之美。旗袍最初是以马甲的形式出现，马甲长及足背，加在短袄上。后将长马甲改成有



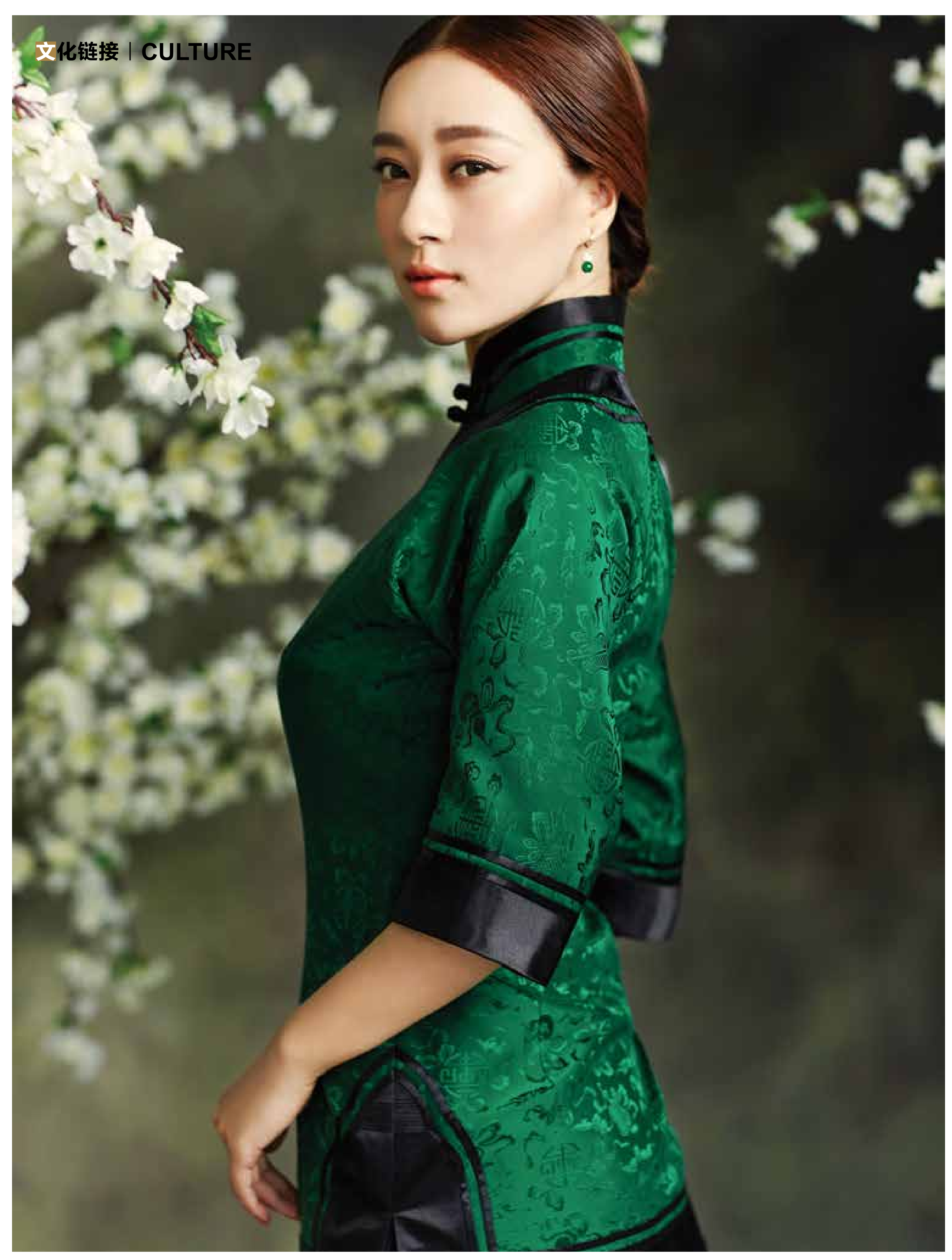
袖的式样，也就成了新式旗袍的雏形。据说得风气之先的上海女学生是旗袍流行的始俑者。当时的女学生作为知识女性的代表，成为社会的理想形象，她们是文明的象征、时尚的先导，以至社会名流时髦人物都纷纷作女学生装扮。

五四前后直到30年代，女学生们常穿的蓝布旗袍，款式有了较大变化：宽松直筒式改为紧腰身，长度改短，两侧开衩的长短不一。30年代以后，改良旗袍又在结构上吸取西式裁剪方法：领子、袖子等处又多有变化，时而高领、时而低领、时而省去领子，袖子由宽袖变窄袖，长度则有时可及手腕处，有时又短到上臂全裸露。而紧身贴腰显示曲线美的优点则一直保留。再加下摆回收，长及踝骨，就更显得称身合体。

## 最早的高级定制

传统旗袍在上海这一开放、进取、包容的大环境的影响下，慢慢演变成为一种中西合璧式服装，不断创新、不断变化，以玲珑突兀的女性美为荣。此时女性的典型装扮是烫发、长袜、高跟鞋和修长的海派旗袍，呈现出女性精致玲珑、开放活泼的形象。

30年代是上海女装最为华美、繁盛的时期，海派旗袍作为主要的流行女装，取代上衣下裙的女性标配成为了当时最常用的时装。式样变化多样，质地做工考究，让它成为无数女性的挚爱。这其中，上海滩的名媛太太们可谓功不可没。30年代的上海是上流社会名媛、太太们的乐园，她们的奢华生活和追赶时髦的做派，在中国历史上是空前绝后的。当时，名媛、太太们大多热衷于游







泳、打高尔夫、骑马。由于崇尚西式服装的合体和便利，海派旗袍在结构上也开始更加偏向于西式服装的构成方法，变得长而紧身和高衩，尽显女性妩媚身姿。

每一件旗袍的成品，都是一件精致玲珑的艺术作品，想要旗袍完美地凸显出婀娜的身材，经过精准的多达19项测量，4至5次的半成品试穿调整，工艺上更是精益求精，展现女性玲珑的曲线美，包含了时代的累积和沉淀，或许这正是旗袍魅力的根源所在。

盘扣，是旗袍上除了刺绣之外的另一个亮点，一个精致独特又做工精细的盘扣，最能看出制作师傅的手上功夫，形形色色的盘扣中尤以古老的手工盘扣最为精巧细致，它融进了制作者的心性和智慧，有着极高的审美价值。盘扣的种类很多，常见的有蝴蝶盘扣、蓓蕾盘扣、缠丝盘扣、镂花盘扣等。盘扣还是那个盘扣，但缀在不同款式的服装上却表达着不同的服饰语言。立领配盘扣，氤氲着张爱玲时代的含蓄和典雅；低领配盘扣、洋溢着新时代女性的浪漫和娇俏；短坎长裙中间密密地缀一排平行盘扣，于端丽之中见美感；斜襟短衫缀上几对似花非花的缠丝盘扣，于古雅之中见清纯。



## 旗袍的韵味

说起旗袍，总也忘不掉的是电影《花样年华》里身着旗袍的张曼玉，从头到尾被花团锦簇的旗袍密密实实的包裹着，影片中张曼玉换了二十多套旗袍，令人眩目的旗袍使她时而忧郁，时而雍容，时而悲伤，时而大度，每一件旗袍都代表着女主角的心情，张曼玉不停的换旗袍，换不掉的是身上女人柔美成熟的气息。旗袍遇到张曼玉，六十年代的香港恍惚之间移了魂。借助旗袍演绎了另外一种风情。从容优雅的神态、冷艳高贵的气质、凹凸有致的身材、忧郁孤独的心情，她在影片中完美地呈现了一个时代上海女人的魅力。

而第一夫人彭丽媛的中国式外交，让全世界都看到的中国女性浑然天成的独特气质，频频刊登在各种国内外大牌时尚杂志中不同场合的穿衣搭配，从真丝围巾到刺绣手包，无不透露出中国女人热爱生活的小心思。就拿最近青奥会开幕式来说，国母一席“中国风”蓝色旗袍亮相，稳重端庄尤其凸显气质，细节处的刺绣印花精致细腻，打破了蓝色冷静严肃的特点，格外优雅动人，整体造型的点睛之笔莫属那风格统一的精巧手包，令人欣喜。

近十几年来，我国的服装设计师大胆创新，使中西服饰的元素融为一体。在保留了传统元素的基础上突破服装用料，使其独树一帜。旗袍频频亮相于国际时装舞台上，是其被作为一种有民族代表意义的服饰出现在国际社交礼仪场合，让旗袍带有鲜明的民族特色，民族的就是世界的。

REAL MAN

# 顽主

## ——访车主赵博宇

文/**刘瑳**　图/**杨罡**

**博宇让我座在副驾驶系好安全带，一踩油门，像顺水顺风的船，我就扬帆起航了，没有颠簸感，没有顿挫的推背感，我只感觉我在前进。**

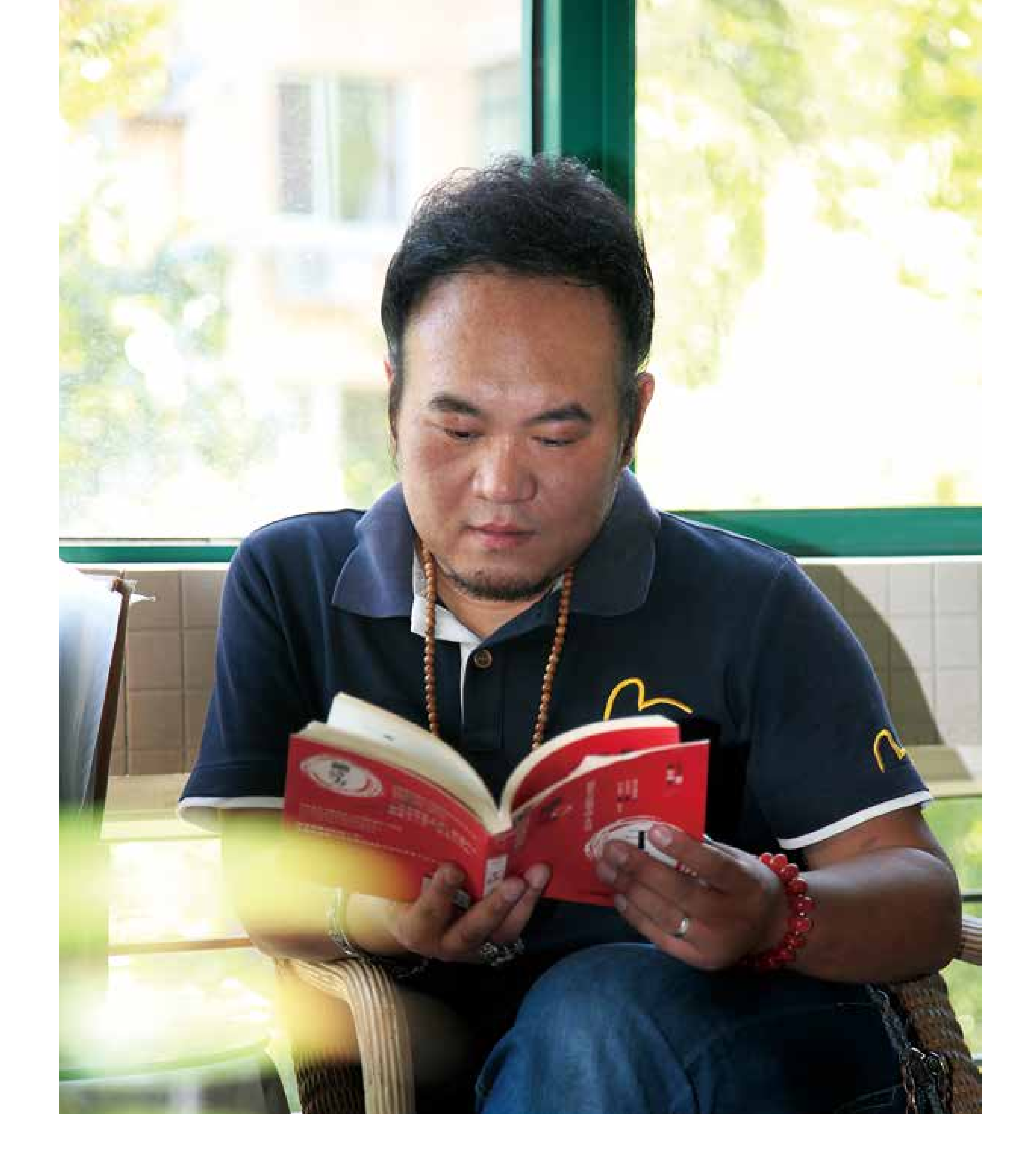
### 车 兄弟

博宇是第一个带我感受了斯巴鲁驾驶乐趣的车主，其实他不知道，乘坐也是一个享受的过程：前进加速堪比电影镜头；刹车换挡完美结合没有丝毫停顿；及时并线游刃有余。可以说，博宇完全做到了人车合一的境界。他一边专注的操控，一边和我讲述他开车的心得，以及他与这辆“小狮子”的故事。

这辆力狮博宇已经开了快八年了，但是看起来依然英姿飒爽，霸气外漏，可见主人的细心爱护。博宇说：“我特别爱惜这车。刚买回来就镀膜，不小心按一手印都立马擦干净，现在八年了，一直都没有怠慢，前两天刚给蹭了一下，心疼坏我了”，果然是爱车之人。

当我问斯巴鲁车型都是比较偏都市越野的，你为什么会选择像力狮这样的少数派呢？博宇神秘的说：“这你就





不知道了，力狮可不是一般的牛，我买这辆车首先因为它的核心技术，就是水平对置发动机和左右对称全时四驱，这个我相信每一个买斯巴鲁的人都很看中它这一点，其次是我个人比较喜欢无框车门的设计，简单，你看”。边说，博宇边打开车门给我展示。“还有一点就是买了力狮不改装，那可真是暴殄天物了。以前我这车能改的我都改过，这两年拆个七七八八了，我觉得改装还是小年轻干的事，现在岁数大了，还是觉得返璞归真，原始的东西才是最好看的。”博宇有一个斯巴鲁改装车的朋友圈，大家全部都是热衷改装分子，虽然现在博宇不怎么玩改装了，但是兄弟们的感情还是一如既往。大家也会不时的借由改装为由聚聚，从最初的志趣相投到现在的手足之情，“哪怕以后都老了，也是老兄弟”博宇说。

## 双城生活

别看博宇现在手上戴着扳指，脖子上挂着珠子，一副文玩收藏爱好者的儒雅模样，其实他年轻时也是一个摇滚青年，重金属那种，他车里就放着国外某老牌乐队的嘶吼声，“这套音响



现在是我车里最值钱的物件了，你听声音就是不一样”博宇总是喜欢和别人分享自己的感受，典型的北京人，从不藏着掖着。

博宇现在从事儿童插画的工作，不过这又和他大学专业背道而驰。一个计算机专业毕业的理科生，最后从事艺术类工作，这个过渡确实有点大。记得大学毕业时，博宇很“幸运”的成为了第一波不包分配的大学生，自主就业的压力开始在大学毕业生中间蔓延。整天乐呵呵的博宇好像并没有让这些坏情绪困扰多久，挽起裤腿衣袖就冲向了中关村，淹没在人山人海的IT精英里。博宇说，他的第一份工作是打印机维修，每天反复的开箱检修，并没有感到枯燥，并慢慢开始承担额外的一些工作，他感觉到自己的成长，并为自己的成长高兴。博宇无论何时都保持乐观的心态，这心态冲淡了不安全感，忘记了迷茫和恐惧，让他在心里永远保有希望。

一个机缘巧合的机会，博宇听说有人需要儿童插画，虽然自己没有绘画天赋，但是他看到了希望和突破口。他接下了这个项目，立马开始招兵买马，就这样，他开始淘人生的第一桶金。过程细节博宇没有过多说起，直说后来找他画插画的人越来越多，06年他成立的自己的公司，也是这一年，他买

了座驾“小狮子”。这几年也算是顺风顺水，为了节约成本他在天津租了一栋三层楼，把公司和画师一并搬到了天津。每周他都不停的往返天津和北京之间，因为两边都有他的牵挂。

## 甜蜜的负担



很久之前就和博宇联系采访，中间又由于一些事情没有音讯，等这回再联系的时候，竟然像是老友的一次普通的联系，说话间没有任何生疏和不适，真是一个让人感觉舒服的人。

刚过而立之年的他可谓是事业家庭两不误，如果你知道他是一对双胞胎的爸爸，一定会直竖大拇指，称赞“人生赢家”呀。两个孩子，一个叫大宝，一个叫大贝，因为早在妈妈肚子里，就这么叫了，他们是家人们永远的大宝贝。每次去天津办公，他都一定坚持当天就回来，因为太想他的大宝和大贝了。

按着中国现在观念，两个儿子可让博宇喜悦之余又倍感压力，每每被别人恭喜时，他都迎合的笑笑，外人看不到他把苦咽在肚子里。每天陪儿子们玩，虽然两个小家伙很调皮，往往怀里揽着一个，眼睛要紧盯着另一个，一个不留神就会酿出无法弥补的错来，但是心里的甜也是外人体会不到的。博宇说：“现在做儿童插画时间长了，我发现我有目标了，我希望看我们插画的孩子们，可以通过我们的插画看到更多不一样的东西，更多对他们今后人生有帮助的东西。”

博宇已经想好了，以后两个儿子，一个从政走仕途；一个学艺术追逐自由。为此，他已经准备在大宝大贝周岁抓周的时候，一边放书啊，笔呀什么的，一面放乐器啊之类的，看他们会怎么选择，然后就按着那个方向去培养。看似玩笑的话，却道出了对儿子的爱和无尽的期望。

采访时，博宇聊着聊着就聊到车，和摄影师围着一辆车就会讨论分析半天，从外观内饰到驾驶感受，说的头头是道。他说：“这‘小狮子’前两天蹭了，过两天我正好准备去喷漆，要不然开出去太难看了”。





# SUBARU SHINING IN ZHANGYE

# 六连星闪耀丹霞

## ——记斯巴鲁中国拉力车队张掖站

2014“嘉信”杯中国汽车拉力锦标赛(CRC)第三站的比赛于7月18日至20日在张掖举行，这是张掖连续第四年举办CRC，也是斯巴鲁中国拉力车队R4赛车第二次征战张掖，故地重游，车手及队员们都信心百倍，表示志在必得。面对张掖美丽独特的丹霞地貌，车手们可以一边领略着得天独厚的自然风貌，一边感受高速砂石赛道带来的速度激情。



## 黄 卫：这是胆量的较量

本站比赛遗憾的是，卫冕冠军韩寒由于电影宣传的原因，仍未能参加。不过斯巴鲁车队经过赛季前两站之后，已将“后韩寒时代”的阵容磨合成熟。蓝色军团将凭借其稳定性和经验继续为冠军而战。

7月16日，斯巴鲁中国拉力车队所有参赛车手及队员实地考察赛道，进入试车阶段，六台参赛赛车的调校已经进入一个良好的状态中。

“既然是第二次参与张掖赛段的比赛，那么试车过程便省去了很多数据方面的麻烦，基本根据去年张掖站的数据进行赛车的调校。”车队电脑工程师邵帅表示车队的试车工作都进行得非常顺利，维修团队也将会给车手呈现六台赛车最好的状态，希望他们能够在张掖站完成一场漂亮的战役。

车队经理黄卫认为张掖站的赛道非常考验车手的胆量，只要够胆量，赛车会足够的快。张掖站独具特色的大西北地貌使得一部分的赛道能够让车手们提前准备，所以黄卫表示张掖赛道虽然漂亮，但有胆量和好运气的人往往会在最后时刻带给人惊喜。今年对手的赛车非常强势，黄卫感到无奈的同时庆幸斯巴鲁车队有着非常高的稳定性，这是取胜的法宝。“有时候拉力赛不容得有一丝的失误，现在对手的速度非常快，我们只能够用团队的优势去弥补。”

代表斯巴鲁中国拉力车队出战的车手李微表示试车的感觉良好，希望自己在张掖站能够取得好成绩。对于去年在张掖有着非常出色表现的李微来说，再次踏上大西北的征程是一种压力也是一种动力。














## 李 微：需要更多好运气

7月18日，在隆重的开幕式之后，中国汽车拉力锦标赛(CRC)第三站张掖站的比赛正式开始。

第一阶段的比赛，便迎来了神沙窝赛段的争夺，斯巴鲁中国拉力车队迎来了第一波的考验，主力车手马克·希金斯以全场第三名的成绩结束了该赛段的比赛，李微、孙超都顺利挤身十强。代表斯巴鲁青年拉力车队出战的傅军飞则暂列第15名的位置。值得一提的是，斯巴鲁青年拉力车队的111号车手孙强表现让人惊喜，看其首日全场第23名的成绩(参赛车辆120多台)，已经可以和多位职业老手一拼高低。

下午举行的超级短道赛中，斯巴鲁中国拉力车队的马克·希金斯表现相当出色，一举夺得赛段第一名，加上上午赛段的稳定发挥，使得他全场名次跻身至前三，显然，观众对他接下来的表现将会有更多的期待。

在短道赛中，傅军飞的表现可圈可点，与队友李微一起挤身全场前十名，孙超则紧随其后。

斯巴鲁中国拉力车队经理黄卫表示首日的两个赛段不用过分在意，后两天的7个长赛段比赛才是决胜的关键。对于斯巴鲁中国拉力车队的六名车手来说，更重要的任务是如何在后两天的比赛中保持稳定的表现，而车队强大的后勤保障也是决胜之所在。

7月19日，2014张掖-中国汽车拉力锦标赛(CRC)将迎来红湾和丹霞合共4个赛段的较量，斯巴鲁中国拉力车队仍然按照着原有的计划，一步一步地逼近目标。

2014CRC张掖站国际组队赛积分

| 排名 | 车队 | 本站积分 | 总积分 |
|---|---|---|---|
| 1 | 斯巴鲁拉力车队 | 16 | 52 |
| 2 | 速一桔梗茶车队 | 8 | 16 |
| 3 | 喵喵拉力车队 | 4 | 10 |
| 4 | 华昱锐思拉力车队 | 0 | 5 |

2014CRC张掖站总成绩

| 排名 | 车手/领航员 | 车队 | 总成绩 |
|---|---|---|---|
| 3 | Mark Higgins<br>Carl Willamson | 斯巴鲁拉力车队 | 02:16:18.0 |
| 5 | 孙超/肖松 | 斯巴鲁拉力车队 | 02:19:27.1 |
| 9 | 李微/姜伟涛 | 斯巴鲁拉力车队 | 01:19:35.5 |

2014CRC张掖站联合会杯（中国车手）积分表

| 名次 | 车队 | 本站积分 | 总积分 |
|---|---|---|---|
| 1 | 斯巴鲁中国拉力车队 | 29 | 92 |
| 5 | 上海大众斯柯达红牛车队 | 20 | 80 |
| 9 | 贵州金沙冷水河拉力车队 | 8 | 53 |
| 11 | 东南汽车万宇车队 | 0 | 26 |

## 傅军飞：享受比赛是关键

7月20日，2014中国汽车拉力锦标赛(CRC)张掖站圆满落幕，经过三天的奋力拼搏，斯巴鲁中国拉力车队不负众望，在夺得了最具份量的联合会杯车队冠军的同时主力车手马克 · 希金斯也获得了全场第三名的成绩。

纵观本赛季的比赛，随着CRC CAR 四驱赛车数量的增多，斯巴鲁中国拉力车队要面对的不仅是对手阵营中速度不断增快的赛车，还要面对实力强劲的WRC名将。但在张掖站的高速赛道，马克 · 希金斯用赛段成绩证明了自己仍然拥有能够冲击全场第一的实力，虽然在前一天的比赛因为爆胎损失了太多的时间。但在很多车迷的心中，马克 · 希金斯在赛段中的表现充满了冠军的气质。

在张掖站有着出色表现的斯巴鲁中国拉力车队主力车手李微认为张掖赛段一直是大家比较喜欢的，因为纯砂石的赛段比较长，而且坊间一直传闻要作为世界拉力锦标赛的备选站，所以李微非常希望张掖站尽快能把世界拉力锦标赛申办下来，让车手们在不出门的前提下，跟那些国际高水平车队学习。

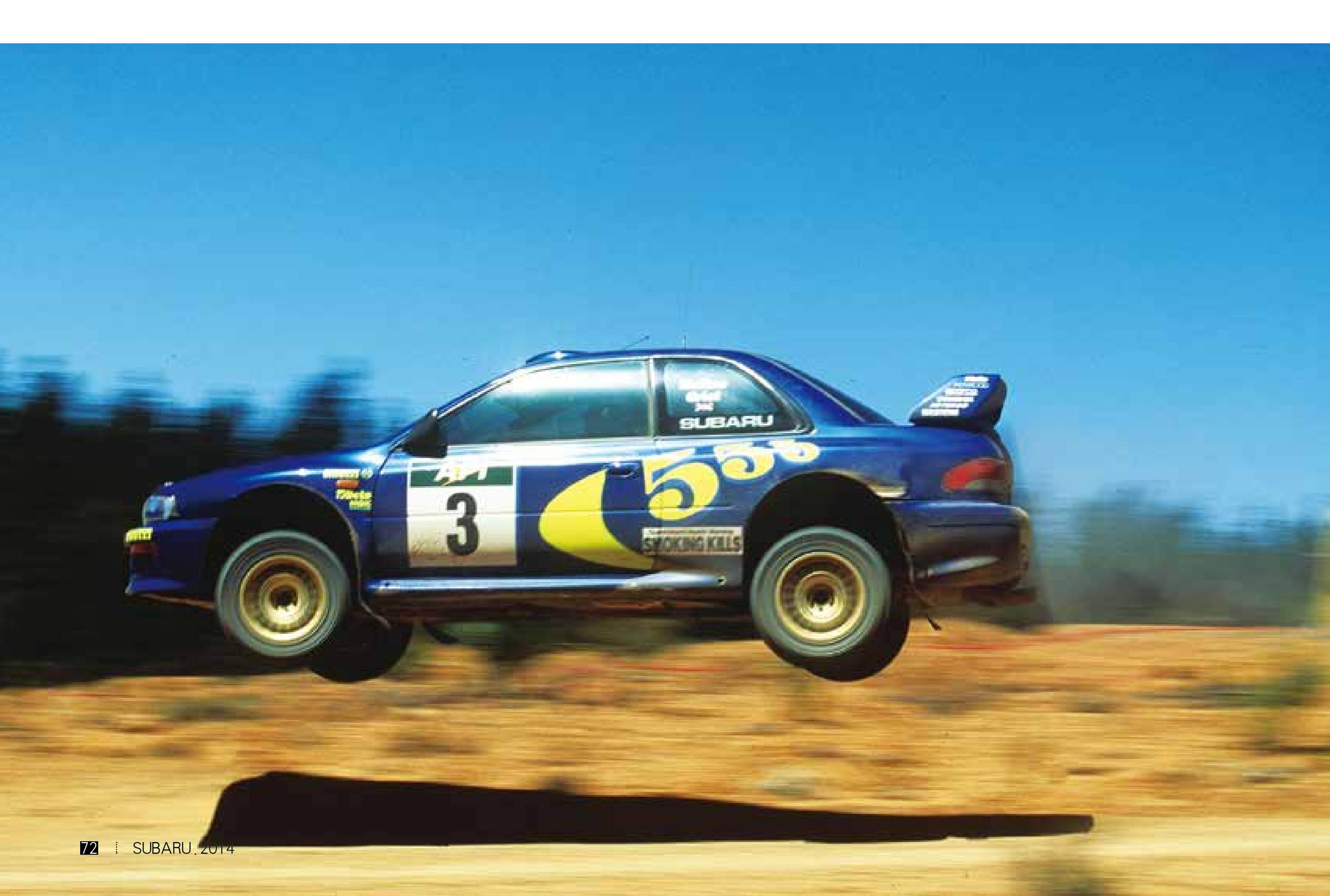
斯巴鲁青年拉力车队车手傅军飞表示：“张掖赛段应该是全中国最好的砂石路，这里有非常美的环境，也有非常漂亮，非常高速的赛段，成绩不管怎么样，享受比赛是关键。”

张掖站结束之后，2014中国汽车拉力锦标赛(CRC)将在湖南站迎来柏油(水泥)路面，马克 · 希金斯将会再次给我们展示充满激情的表现。



# 我是传奇
## SUBARU RALLY TEAM

乡野田间呼啸而过的一台台赛车，不知牵动着多少年轻人躁动的心，或许是从那一刻起，才对汽车运动产生了浓厚的兴趣。WRC赛事始建于1973年，是FIA国际汽联四大赛事之一与F1齐名，但是与F1不同的是所有参赛车辆必须以量产车研发制造而成，并在世界各地的雨林、泥泞、雪地、沙漠及蜿蜒山路等不同的路况进行比赛，是最严酷的赛事之一，但也是最有魅力的比赛之一，每年全球有近10亿人次通过各种方式观看WRC比赛。其实比起F1赛事，WRC按现在的话来讲，它更接地气儿。






看场F1比赛，首先您得购买一张价格不菲的门票，然后站在高高的看台上远远地观望，疾驰而过，轰鸣声也很令人心醉，但总觉得距离现实“太过遥远”。WRC则不一样，不但不用买门票，而且可以自己选择赛段并站在赛道边上最近距离接近比赛接近赛车，自由度和身临其境的代入感远超其它任何汽车赛事。狭长的自然环境赛道中人头攒动，为自己喜爱的车队喝彩，感受赛车擦过身边的风声，这一切都令人大呼过瘾。论车速WRC自然无法与F1赛车相比，但F1赛事始终沿着赛道上固定的线路平稳行驶，而WRC赛车驶过时会带起滚滚烟尘，而且还会出现跳跃、漂移、冲水等漂亮场景，同一弯道不同车手的过弯表现也会截然不同，更具有欣赏性。而且WRC赛事的所有用车都是普通百姓能买到的量产车型经过车队的改装而来，这样大部分观众也更会觉得有亲切感，而且各种改装项目，对于汽车爱好的狂热者而言，也会相继的去效仿。

## 传奇人物“科林•麦克雷”

斯巴鲁拉力车队成立于1989年，仅在4年后的1993年便得到了首个WRC冠军。说到这个冠军，不得不提起一位传奇般的人物“科林•麦克雷”。或许你不知道WRC的分组规则，也不清楚每场赛事到底有多少厂商参加，但是“科林•麦克雷”这个名字，几乎就是WRC的代名词，甚至一家游戏开发商直接引用这个名字制作了一款WRC赛车游戏，游戏以1998年WRC的赛事为蓝本，











还原了该赛季赛事中出现的赛车、使用的赛道，而科林•麦克雷使用的斯巴鲁翼豹WRC则出现在游戏封面上。在专业媒体的评估中得到了极好了评价，随后的多年中，该游戏公司相继又发布了多达6部的游戏续作，该款游戏较贴近真实的控制系统和物理参数，并在世界拉力锦标赛（WRC）的授权下还原WRC比赛的精彩瞬间。尽管科林•麦克雷本人在2007年9月的一场直升机事故中不幸逝世，系列仍然保留了“科林•麦克雷”的名号。有兴趣的朋友可以去尝试改款游戏的最新一代《科林•麦克雷-尘埃3》。科林•麦克雷成长在一个“拉力世家”他是英国拉力大赛冠军吉米•麦克雷的儿子，而他的弟弟亚李斯特•麦克雷也是一位职业拉力赛车手，出生于赛车世家的麦克雷对速度和挑战的追求是与生俱来、永不满足的。我曾经看到过一段麦克雷的采访，说自己从2岁开始就被汽车迷住了，那个时候他还坐在爷爷的腿上玩玩具车，但他已经开始想象自己正在开车了。

而一旦接触到真正的摩托车、汽车，就没有什么东西能拦住麦克雷追求速度和挑战的决心了。1985年的一天，麦克雷驾驶着从朋友那里借来的汽车参加了自己的第一场拉力赛事。尽管他在比赛中冲出了赛道还陷进了一片泥炭沼泽地，但从那个时候起，麦克雷就知道自己会成为一名拉力赛车手。他的爸爸吉米 · 麦克雷五次赢得过英国拉力锦标赛的年度冠军，他的爸爸相信虎父无犬子，终有一天麦克雷一定会比自己更加出色。









## 冠军之路

1991年，麦克雷与斯巴鲁车队签约，他的第一笔薪水是1万英镑。他开始参加全年的英国拉力赛，偶尔也去跑WRC。这一年他成为了最年轻的英国拉力赛年度冠军。1992年麦克雷卫冕了这项冠军。1993年，麦克雷开始参加全年的WRC赛事，他在新西兰拉力赛中赢得自己的第一个WRC冠军，这也是斯巴鲁车队的第一个WRC冠军，当时麦克雷驾驶的赛车并不是现在大家耳熟能详的Subaru impreza 翼豹WRC，而是最初投入到赛场中的Subaru Legacy力狮WRC。自1994年开始impreza 翼豹WRC才算正式登上辉煌的历史舞台，科林麦克雷驾驶的Impreza翼豹 WRX STI战车在纽西兰，澳大利亚，及英国站称雄。

1995年，SUBARU车队首次获得厂商车队总冠军，麦克雷获得年度车手总冠军。

1996年，SUBARU车队蝉联厂商车队总冠军，麦克雷获年度车手亚军。

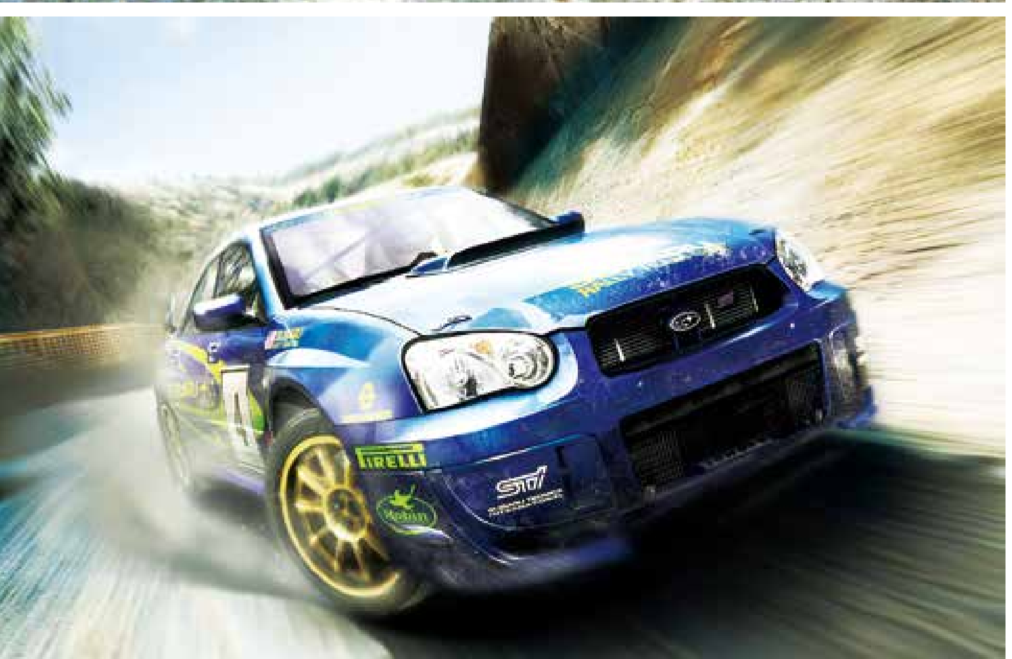
1997年，SUBARU车队再次蝉联了厂商车队总冠军，科林 · 麦克雷、皮尔洛 · 里亚蒂、及埃里克森共斩获8个分站赛冠军。

1998年，科林•麦克雷两次称雄分站赛。

## 拉力在中国

港京拉力赛，算得上是汽车运动在中国的先河了。历史上总共举办了7届，分别在1985－1987年，1993－1996年间。这七届港京拉力赛在国际上获得巨大反响。海外





媒体评价它是“世上最不平凡的拉力赛”。

国际汽联拉力委员会则在1994年将它纳入为亚太拉力锦标赛中的一站。给人留下深刻印象的还要属那台身披“555”标志的蓝色斯巴鲁赛车，当时大多数人还不知道斯巴鲁这个品牌，都称它为“三五赛车”。港京拉力赛自然成为了世界拉力强队的“演兵场”，这些年间先后有十余个厂商车队来此参赛，在这7届的中国拉力赛上，斯巴鲁车队得到了2次车队总冠军的殊荣。港京拉力赛同时也是赛车运动的“宣传队”。整条路线经过国内数个省市，每年赛事均有成千上万的观众夹道欣赏这一色彩缤纷、气势宏大的车流奇观。1994年有部门统计，约1200万人到现场观看了当年的港京拉力赛。由于那个年代，中国的汽车产业还处于萌芽阶段，买台私家车什么的更是无法想象。其实在我看来，这几届比赛下来，最大的赢家是这个来自英国“555”烟草公司，赞助了港京拉力赛也使得这个品牌在内地的知名度扶摇直上，而斯巴鲁的赛车算是“沾了他的光儿”吧。

## 熄灭的火花

最后一站比赛在10月19日始于香港的昂船洲，途经深圳、从化、韶关、长沙、武汉、石家庄，抵达北京天安门广场。港京之间这最后一战吸引了沿途众多热情的观众。在韶关，由于比赛是第一次也将是最后一次经过这座城市，全城的市民都像过节一样欢腾起来。在设




在韶关中心火车站广场的车队营地处，数千名观众在第一辆赛车到达前5个小时就聚集起来翘首等待，直至午夜，仍有许多少男少女徘徊在酒店周围，渴望得到哪怕是一名车队维修人员的签名。在石家庄，由于不允许观众进入赛车停车场，几十名青年为了拍到几张照片，在营地出口一直等到第二天凌晨发车。许多刚刚得知这是最后一次港京拉力赛的群众都表示了怀恋和惋惜的意思。1996年10月25日，上午，23部拉力赛车依次驶过天安门广场的大赛终点台，在鲜花、香槟和微笑当中，1996年555香港-北京拉力赛宣告结束。这同时意味着该项赛事彻底地退出历史舞台，由于国际规则的修改，这种比赛方式将被取消，对很多热爱汽车运动的中国车迷来讲，港京拉力赛永远闭幕了。

## 重燃的激情

经过历史的长河，我国汽车产业蒸蒸日上，斯巴鲁汽车终于在2004年正式进入了我国市场销售，第一批车主，大部分人都是当年去观看过港京拉力赛的人，笔者的一位朋友正是因为港京拉力赛才认识了斯巴鲁，身披“555”标识的蓝色战车给他留下了太深的印象，直至今天斯巴鲁汽车依然是他的最爱。impreza 翼豹WRX STI与impreza 翼豹WRC对于很多铁杆车迷来讲，已经超越了车辆本身的价值，它是很多从男孩成长到男人的一个梦想，一个期待，更是一种所谓的“Subaru态度”。




# SAFE RIDE FOR CHILD

# 儿童安全乘车

随着家庭用车的普及，
儿童乘车安全隐患也成为了
当下不容忽视的问题。
本期《SUBARU LIFE》
为您带来儿童乘车安全指南，
让我们杜绝本不该发生的安全隐患。






Legend

我们开车走在路上经常会看到家长怀中抱着孩子坐在后排座椅或是副驾驶，一个看似十分温馨的画面却隐藏着巨大的安全隐患。碰撞仅在一瞬间，孩子极有可能被严重挤压致命。

随着家庭用车的普及，儿童乘车安全隐患也成为了当下不容忽视的问题，打开百度搜索引擎或是在微博上输入“儿童乘车”这几个简单的关键字，除了一些敬告需知外，更多的则是一起起血淋淋的事故。当事人父母在悔恨不已的同时，是否想到了酿成惨剧的根本原因？本期《SUBARU LIFE》为您带来儿童乘车安全指南，让我们杜绝本不该发生的安全隐患。

## 怀抱≠安全的呵护

我们开车走在路上经常会看到家长怀中抱着孩子坐在后排座椅或是副驾驶，一个看似十分温馨的画面却隐藏着巨大的安全隐患。车辆撞击时，如果保证孩子不从自己怀中脱出，您知道双手瞬间需要抓住多大的重量吗？我在网络上浏览过一个车辆在不同速度撞击时的数据统计视频，车辆如果遭遇突然撞击，例如在地库内驾车时不小心撞墙，车子停下的速度会非常快，从车子撞墙到停下，整个过程大约只有0.2秒。如果孩子体重为6公斤，以时速25km/h撞击时，据测算抓住孩子的力量要大于体重的5倍，也就是瞬间抓住30公斤的重量。如果在驾车时发生追尾呢，以时速40km/h发生撞击，数值的变化会更加惊人，瞬间需抓住45公斤的重量；时速80km/h，要瞬间抓住90公斤的重量，相当于一个偏胖的成年人体重。孩子体重越重，瞬间需要抓住的重量就成倍增长。假如一个3岁孩子的体重约为15公斤，在时速






Legend

1. 家长在驾车时，孩子自己在后排玩，将身子探出车外，具有很大安全隐患。

2. 成年人用的安全带保护不了孩子。

3. 车辆在行驶中，也尽量不要给孩子喂食，一脚刹车，都有可能伤害到孩子。

4. 不要把孩子独自留在车中，尤其在夏季，瞬间的高温极有可能造成孩子窒息。

| 1 | 2 |
|---|---|
| 3 | 4 |

80km/h情况下撞击，撞击过程为0.2秒，大人就要瞬间抓住170公斤的重量，敢问，这又有谁能做得到？ 如果家长坐在副驾驶抱着孩子，情况可能会更加糟糕，一瞬间的撞击孩子可能会通过前风挡飞出窗外，再不就会被重重的挤压，生还可能性极小。

## 被动“安全”

车内的被动安全设施同样不适用于孩子。如果孩子独自坐在副驾驶，发生较为猛烈的撞击时，安全气囊弹开仅需1/20秒，相当于以300km/h左右的速度弹出，而由此所产生的撞击力约有180公斤，成年人都极有可能被击昏，何况是孩子。所有的保护都是相对的，安全气囊的保护作用是相对于撞击到风挡玻璃或中控台等部位的危险性来说的，而非很多人想象中的只是一个简单“气枕头”。安全带也不适用于孩子，对于成年人来说，安全带应该是从肩部上方经过的，在发生碰撞的时候会勒住胸部，但儿童的身高和成年人相差甚远，如果像成人一样系安全带的话，安全带经过的是儿童的颈部，这样在发生碰撞的时候就会伤及儿童的生命安全，脆弱的颈部经不起安全带的拉力，而且在碰撞时安全带瞬间收紧，极有可能造成窒息，威胁生命。

## “惹事”的天窗

由天窗造成儿童意外身亡或受伤的事故在这几年也屡屡发生，家长不在车上时孩子淘气，把头探出天窗，不小心触动了开关，将自己夹住造成窒息死亡，侧面车窗亦是如此。现在还有很多家长





为了让孩子高兴，在车辆行驶时孩子通过天窗把半个身子都探出车外，殊不知车辆在行驶中飞过来一张废纸都会造成孩子受伤，如果是树枝这种硬物，后果可能会更加严重。如果在这时遭遇情况，一脚急刹、一个追尾，所造成的伤害也是无法估量的。

## 高温窒息

车内高温导致孩子窒息而死的事情在国内外都层出不穷，这种情况多发生在妈妈独自带孩子出去的时候，可能只是到超市买些东西，半个小时而已，觉得不会有什么问题。但夏季的高温在短时间内就可以将车内温度提高到六七十度或是更高，对于一个孩子来讲，短短几分钟密闭空间的高温都是致命的！

## 如何保证孩子的安全?

如何最大限度保证孩子的安全？答案只有一个，儿童安全座椅。在国外很多国家，不满12岁儿童必须乘坐儿童安全座椅，这是一项法律规定。而在我国据统计，每年有超过1.85万儿童死于道路交通安全事故，但儿童安全座椅的使用率仅有0.1%。不过令人高兴的是，有越来越多的国人也渐渐意识到了儿童安全座椅的必要性，就在今年我国上海市与山东省，明令禁止12岁及以下儿童坐副驾驶，未满4周岁儿童乘坐家庭乘用车，必须配备儿童安全座椅。儿童安全座椅必须安装在后排座椅，现在的家庭用车都会有ISOFIX接口，即便不支持接口连接的座椅也可以使用安全带固定。儿童安全座椅价格便宜的六七百块，贵一些的三四千块，也就与一台智能手机的价格差不多。一般的家庭都是可以承受的，虽然国内现在暂时没有为使用儿童安全座椅立法，但为了孩子们的安全，还是建议您为孩子准备一个。

Legend

1. 孩子将半个身子都探出了天窗，如果车辆在行驶时，飞来异物，砸到孩子，很有可能会受伤。

2. 儿童安全座椅才是您最正确的选择。

3. 感谢我们本期特邀嘉宾“熊仔”

1
2
3



# YOU ASK, I ANSWER 你问，我答

问题A

## 现在很多车辆都配备的日间行车灯，设计这个灯的初衷是什么？



SUBARU LIFE：首先它的作用不是照明，而是为了让前方和对向车辆注意到你所驾驶车辆存在的位置，这是它最根本的设计初衷，当然也起到了一些装饰作用。北欧是最早倡导白天打开车灯可以提高道路安全的地区，因为北欧国家纬度高、风雪多，视线难以保证，开车灯对于安全还是很有必要的，早在1977年瑞典就把白天必须开车灯写进了交通法规里，这是30多年前的规定，之后越来越多的欧美国家都开始执行这个规定，如果不开灯的话还会吃高额的罚款。



问题B



## 倒车雷达是怎样的工作原理？

SUBARU LIFE：倒车雷达是根据蝙蝠飞行时发出的超声波反射原理而设计开发的。探头基本都装在前后保险杠上，目前的探头数量基本都是分为四、六、八只不等，探头以45度角辐射，上下左右搜寻目标。它最大的好处是能探索到那些低于保险杠而司机从后窗难以看见的障碍物并报警，如花坛、蹲在车后玩耍的小孩等。

问题C

## 打死方向盘有什么危害？



SUBARU LIFE：“打死，打死”在你停车时，或许无数次听到车外指挥的人向你发出这样的指令，但长期总将方向盘打死必定会使车辆造成不同程度上的损坏，在您停车入库的时候，将方向盘打死的话，助力泵压力会增大几倍甚至更高，持续打死方向盘更会缩短助力泵寿命。正确的操作方法应该是：当转向打到极点之后，稍稍回一点，就可以避免助力液压力过大的问题。顺便提一句，原地打方向也会对车辆造成不小的伤害。

问题D

# 自动挡车型可以用“N”挡滑行吗？



SUBARU LIFE：首先《中华人民共和国道路交通安全法》里面明文规定：下陡坡时不准熄火或者空挡滑行。有些驾驶员为了节油，在高速行驶或下坡时，将换挡杆拨到N挡滑行，这很可能烧坏变速器。因为此时变速器输出轴转速很高，而发动机怠速运转，变速器油泵供油不足，润滑状况恶化，而且对变速器内部的多片离合器来说，虽然动力已经切断，但其被动片在车轮带动下高速运转，容易引起共振和打滑现象，产生不良后果。当下长坡确需滑行时，可将换挡杆保持在D挡滑行，但不可使发动机熄火。





# 夏季需要降低胎压来预防爆胎吗？

SUBARU LIFE：很多朋友考虑到热胀冷缩的原理，认为冬季胎压高一些，夏季低一些，其实夏季胎压偏低更会引起爆胎，很多事故已经表明，在高温环境下低胎压将导致轮胎在高速滚动时于胎壁积聚大量热量，急剧降低胎壁强度而成为爆胎事故的罪魁祸首。车辆在夏季高温的路面上行驶一段时间后，轮胎气压的确会有压力值的微幅上升，但根据车辆空载时的气压标准来为轮胎充气是没有问题的。

问题F

# 侧过减速带不伤车？



SUBARU LIFE：常常驾车的您或许每天都会遇到若干的减速带，是不是感觉过减速带时打些方向或是单边通过，坐在车内会感觉舒服很多，对车身冲击小，理应对车辆损害也小。其实不然，这种过减速带的习惯，很容易在不经意间就伤害了车辆悬架，因为车轮是通过悬架与车身相连的，这些相连的复杂结构，它涉及外倾角、前束角、转向内倾角等多项参数，一般我们把这些参数称为“四轮定位参数”。当我们通过减速带时，多多少少都会对悬架产生冲击，如果冲击在合理范围内，是不会改变车轮定位的。当我们使用一侧轮胎通过减速带时，虽然坐在车内体感所带来的冲击较小，但是对于车辆来讲，所受到的冲击与两轮同时过是一样的，由于受力不匀，久而久之悬架系统就容易受损。相反，如果采用两个车轮同时通过减速带，左右两侧的悬架系统平衡受力，共同将冲击力传递到车身，就可以有效地减小对悬架系统的损坏。

# 夜未央

# NIGHT IS YOUNG

文/杨楠 图/杨罡

夜如何其？夜未央。拍过好多次夜景，总有种意犹未尽的感觉。夜有一种独特的魅力，星光、灯光……每一种光线都有自己波普，都有自己的无限气质。一个城市呆久了，就会感觉到迷茫。我们曾经迷失在白天的繁华，当华灯初上，一切变得不同。在灯光里，我们能不能找到当初的那份悸动。

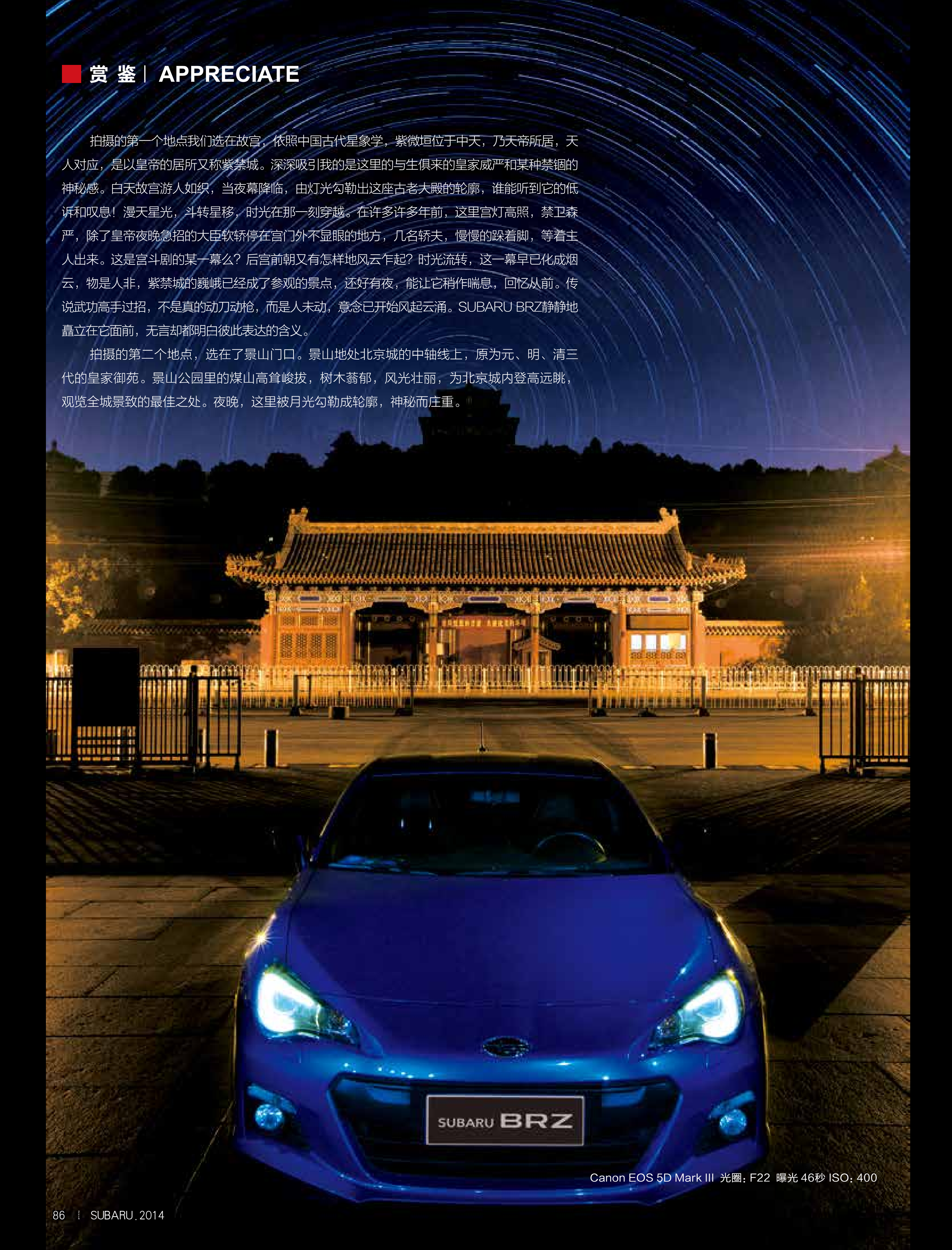
我曾经到过韩国首尔，这座城白天看起来很不起眼，而夜晚站在首尔塔上看夜景的时候却感觉很震撼，也许是白天看风景的角度和夜晚不同。让人过目不忘的城市夜景还有香港、东京和纽约。在很多人眼里，北京的夜景也很灿烂。在这里太久了，忽略了很多风景，就像很多北京人也许并没有吃过全聚德一样。没吃过，不代表不好吃，被忽视的夜景在镜头里，又有了别样的旖旎。




Canon EOS 5D Mark III 光圈：F11 曝光 25秒 ISO：400

拍摄的第一个地点我们选在故宫，依照中国古代星象学，紫微垣位于中天，乃天帝所居，天人对应，是以皇帝的居所又称紫禁城。深深吸引我的是这里的与生俱来的皇家威严和某种禁锢的神秘感。白天故宫游人如织，当夜幕降临，由灯光勾勒出这座古老大殿的轮廓，谁能听到它的低诉和叹息！漫天星光，斗转星移，时光在那一刻穿越。在许多许多年前，这里宫灯高照，禁卫森严，除了皇帝夜晚急招的大臣软轿停在宫门外不显眼的地方，几名轿夫，慢慢的跺着脚，等着主人出来。这是宫斗剧的某一幕么？后宫前朝又有怎样地风云乍起？时光流转，这一幕早已化成烟云，物是人非，紫禁城的巍峨已经成了参观的景点，还好有夜，能让它稍作喘息，回忆从前。传说武功高手过招，不是真的动刀动枪，而是人未动，意念已开始风起云涌。SUBARU BRZ静静地矗立在它面前，无言却都明白彼此表达的含义。

拍摄的第二个地点，选在了景山门口。景山地处北京城的中轴线上，原为元、明、清三代的皇家御苑。景山公园里的煤山高耸峻拔，树木蓊郁，风光壮丽，为北京城内登高远眺，观览全城景致的最佳之处。夜晚，这里被月光勾勒成轮廓，神秘而庄重。




Canon EOS 5D Mark III 光圈：F22 曝光 46秒 ISO：400





# SMART LIFE 智能生活的另类操控

文/杨楠　图/中广群星

手机已经是生活的必备品，现在如果只是单纯突出通话功能的手机，想必市场不会太好。如果手机不仅用来打电话，还能干嘛？看书，玩游戏，拍照片，社交……












手机已经是生活的必备品，现在如果只是单纯突出通话功能的手机，想必市场不会太好。如果手机不仅用来打电话，还能干嘛?看书，玩游戏，拍照片，社交……当然智能手机不仅仅是消磨时间的工具，更像一个称职的私人助理，可以随时提醒你该做的工作，重要人士的生日，飞机晚点的消息。如果你希望手机更加了解你，可以知道你的心跳，监测你的睡眠，知道你消耗的卡路里，就需要为你的智能手机安“触角”，随时掌控你的情况。或许你还希望你的家电变得更聪明，它们可以在你进家门的时候把室温调节到25度；咖啡机里准备一杯最喜欢的摩卡；电视调到探险频道；浴缸里放满了39度热水，这是你最喜欢的泡泡浴温度；晚上睡觉时不用和另一半猜拳来决定谁去关灯；放到冰箱里的鸡蛋，可以随时知道品质；你还需要一条养不死的金鱼，可以陪着孩子的成长……你的要求是不是太多了？一点都不，智能生活就是为了满足你这些小愿望。花大价钱换智能家电？NO，只需要一些充满智慧妙趣小电器和一个智能手机就可以了。

## WeMo智能开关

WeMo智能开关是一个简单易用的智能家庭方案，它可以让你在任何地方通过手机和网络来控制家中电器的开启或关闭，甚至是为它们安排日程！而实现这些条件十分简单，除WeMo智能开关之外，你只需一个能够上网的iOS设备和覆盖wifi网络的家。智能手机上点击了一个电灯开关样子的图标，房间里的一盏灯就灭了。想回家就可以吃饭，只需要在路上就打开你的电饭煲。你希望有英国管家为你服务，WeMo智能开关可以做的更服帖。当智能控制生活，你需要做的是什么？当然，只要享受就可以了。



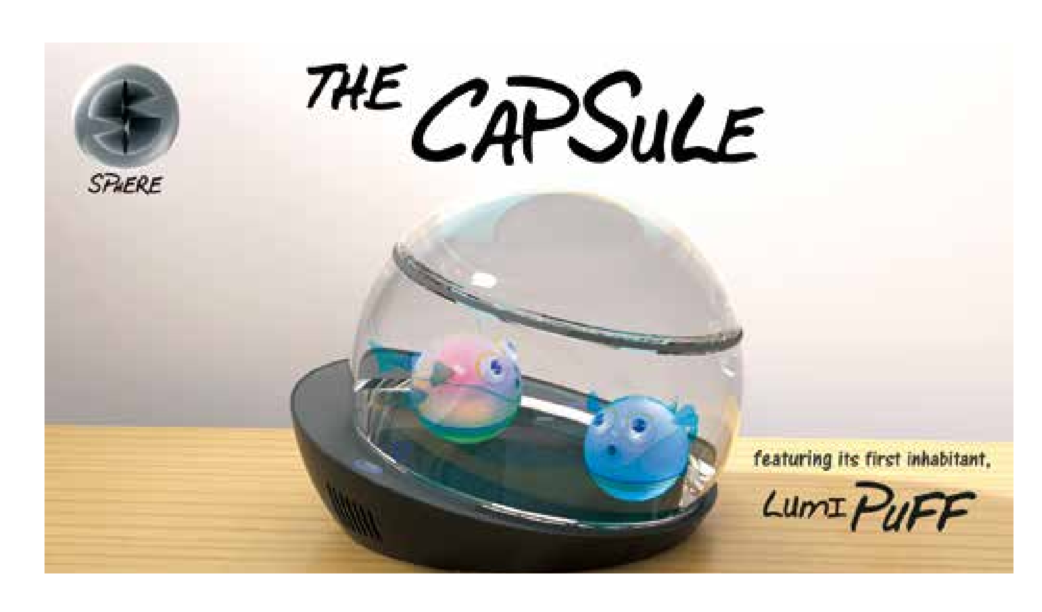



## Egg Minder

经常会遇到这种情况，菜做到一半，往里加了一个鸡蛋。蛋打到锅里却发现有不好闻的气味，天，是颗臭蛋！菜只能倒掉。此时破坏的也许不仅是一份菜，更是一天的好心情！有了Egg Minder鸡蛋的守护者，就不会出现这个情况。这是一款可以无线连接到任何智能手机的鸡蛋托盘，这款鸡蛋托盘可以记录鸡蛋的数量，还能在鸡蛋不够新鲜时通过智能手机应用提醒用户，这颗蛋急需食用。

## LumiPuff

金鱼一直都是孩子们所钟爱的一类宠物，但把它们买回家之后，这些可爱的小东西一般只能存活几周的时间，然后便会死去。为了避免死亡所带来的沮丧感，市面上出现了一款非常不同的机器金鱼LumiPuff，它通过蓝牙和智能手机相连，并受到配套应用程序的控制。LumiPuff有一个漂亮的球形水族箱，名为Capsule，可爱的机器金鱼会在里面活动。当你轻敲玻璃，这些金鱼还能模拟真正金鱼的反映。用户可以改变金鱼的颜色或是设置喂食游戏，来教自家小孩懂得负责任和关爱，从而为未来真正的宠物做准备。当小鱼饿了，它们的身体会发出明亮的颜色来提醒用户，如果你没有注意到这一点，应用还会发出提醒。如果长时间不喂食，它们还会“死去”并停止工作。LumiPuff目前还尚未正式发售，不过有希望在明年5-6月份进入市场。








## Jawbone UP

人们对身体的健康管理更偏重于理性，也更加重视科学数据的统计，而运动手环成了周围时尚人士的新宠。它像是给智能手机安“触角”，随时监测记录你的个人情况，并反映到手机软件上。Jawbone UP就是这样一款为人熟知的运动腕带，设计时尚轻薄，十分容易佩戴。它的机身也支持防水功能，可以在淋浴时佩戴。除了常规的运动监测，Jawbone UP最著名的便是睡眠监测功能，可以为你提供深度睡眠数据，让用户根据数据调整睡眠习惯，实现更高质量的睡眠效果。






## MIOPS

奔跑、微笑、或许只是一瞬间的事，不是所有摄影师都能恰到好处的抓拍那一刻的美妙，最近 Kickstater 上有一款叫做 MIOPS 的相机触发器，不需要拍摄对象特别配合，也不需要摄影者很专业，就能拍出精彩的瞬间。触发器可以通过蓝牙与手机相连，在手机里下载 MIOPS 应用后，用户还可以设置触发条件，这样相机就可以在特定的状况下工作。通过不同的设置，相机可以在天色变暗时延时摄影，或者在雷雨天拍摄闪电。即使不用守在相机旁边，也能拍到一些精彩的画面。不管是天上的闪电，还是从屋子中逃窜出来的猫咪，还是高速行驶中的赛车你都可以将画面尽收在你的相机之中。总之，你不必一直守候在相机旁边，进行拍摄。MIOPS产品的发货日期定于今年12月。



苁蓉老坛儿

# DIET

# 药膳

文／**邵将**　图／**康源轩–药膳餐厅**

古人常说“药食同源”，药膳在中国有几千年的历史，周朝的时候就有“药膳”的字眼出现，在中国最早的医书《皇帝内经》中就有关于药膳的记载，并有一套比较完整的理论。在现代社会中，人们生活节奏快、环境也在不断变化，对饮食的要求也越来越高，健康饮食正在越来越受到大家的关注，能够采用新鲜草药入膳，“寓医于食”，经过传统中式烹制的养生药膳越来越受欢迎。

## 是药还是膳？

是药还是膳？药膳的制作，非常重要的部分是将中药与食物相配使之做到“药借食味，食助药性”。一般来说，厨师用于入馔的大部分药材，药味并不太浓烈，如百果、人参、石斛、玉竹、熟地、银杏等，就是较常用也较容易使用的药材。不过，药膳的重点在一个“膳”字，所以无论里面放了什么药，有什么功效，对于食客来说，最重要的它首先要是一道美味佳肴，能够带来美好的味觉体验。一道成功的药膳，必须在食用者得到美味享受的同时又使其身体得到滋补。

## 药膳就是煲汤？

药膳并不就是煲汤。两广地区煲汤多，加药材也多，很多影视作品都取材于此，所以给人的印象，药膳就是煲汤。其实不完全是这样。现在的物流水平跟以前完全不一样，早晨还在云南的东西，中午就到北京了，这在以前是不敢想象的。所以以前只能做成干货的，现在则可以卖新鲜的东西，新鲜的人参果、枸杞、苁蓉、人参等，一经采摘下来，很快就能运到北京。以前只有干货，煲汤效果是最好的。现在有很新鲜的食材，就用不着煲汤了，炒、爆都可以，而且比传统的做法有更好的口感。当然，煲汤依然是药膳的一种很好的表现方式。


六味地黄丸


罗勒蒜酱鲜虾仁

传统的药膳讲究因人、因地、因时。“因人”，因为没有任何两个人的体质是完全一样的，如果用药膳来辅助治疗、调养身体，那么每个人吃的药膳肯定是不一样的。“因地”，就是在四川吃的药膳，跟在北京或广东吃的不一样。比如，四川的药膳，会放花椒辣椒，因为那地方湿气重，放这个是很合理的，但是在北京，同样的药膳，还放花椒辣椒，肯定就不合理了，因为北京的湿气没那么重，反而是燥气重，需要滋阴祛燥。“因时”就是不同的季节做不同的菜，有一套理论叫“四季五补”，比如春天补肝，多吃绿叶菜，可以去肝火。也由于这个原因，中国有代表性的药材，但并没有代表性的药膳。







1 | 2 | 3

**Legend**

1. 灵芝养生汤
2. 桂花鲜天麻
3. 虫草霸王鞭

## 药膳与健康

药膳的宗旨是使人体达到一个更加平衡的状态。药食同源，其实所有的安全的食物对人体都是有功效的，药膳的概念不是那么严格，基本原则可以根据酸入肝、辛入肺、苦入心、咸入肾、甘入脾；红入心、绿入肝、黄入脾、白入肺、黑入肾等指导进行食材的选择。选择食材时要对药材产地、基本属性有所了解，一定要牢记相克相冲的禁忌。并且，针对不同的客人有不同的推荐。药材不仅仅有养生的作用，还有提味的作用，例如人参，本身就有特殊的味道，汤品可以通过人参提味提香。根据季节，冬天会偏重补肾补血，羊肉、人参、苁蓉等都是很好的温补食材。在用药材上，总的来讲，秋冬为加法，以补为主，夏天为减法，去心火。

中医学认为，秋季燥气当令，为秋季的主气，称为“秋燥”。燥邪最易伤肺，引起咳嗽或干咳无痰、口舌干燥、皮肤干燥、便秘等症。因此，秋季养生应遵循中医养生中提出的“秋冬养阴”的原则，注意护阴润燥，以养肺为先。饮食要以“滋阴润肺”为基本准则。还应“少辛增酸”，即少吃一些辛辣的食物，多吃一些酸味食品以及新鲜蔬菜等。

## 秋季药膳菜品——参汁雪蛤

用雪蛤、雪耳、洋参须、冰糖等食材蒸20分钟即可。这道菜做法简单易做，但口感微甘清甜，深受女性的喜爱。雪蛤沥干、雪耳沥干，加入少量矿泉水烹饪，菜品出锅后汤汁呈蜜色，浓稠滑爽又不粘口，雪耳入口即化，不脆不面，又稍微有点儿弹牙，清甜的味道配上独特的香气，是女性的最爱，而它的丝丝甜香和微微轻甘，也引得男士的青睐。雪蛤、雪耳均为白色润肺之物，雪蛤有润肺养阴、补精添髓的作用，雪耳有补中益气、和胃润肺的功能，二者加上养阴生津的西洋参，更是嗜好烟酒者的养身美食。



## 生活药膳制作注意事项

**1．烹饪药膳避免金属物品**

制作药膳时，切制食材应尽量避免使用金属刀具，金属会影响或破坏一定量的营养成分，可以手撕或使用陶瓷刀具，炖煮时也最好使用陶瓷等非金属厨具。

**2．制作药膳用最纯粹的方法**

不能用添加剂催发需要浸发的药膳食材，制作时尽量不要勾芡，不要添加味素，不要急于求成用高压锅烹制，这都会对菜品本身的药用功效造成影响。

**3．食材选用时令蔬果**

药膳讲究“四季五补”，所选的配菜也要选用当季时令蔬菜，与主食材合理搭配，不同的季节选择不同的当季食材，最有益身体健康，反季节食品对人体并没有什么好处。

**4．注意食材中的相克**

绿茶和枸杞都是药膳中常用材料，具有养生的作用，绿茶所含的抗氧化剂有助于延缓衰老、预防癌症。枸杞含有补肾益精、养肝明目、润肺止咳的功效。但枸杞和绿茶不宜放在一起冲泡，因为绿茶里所含的大量鞣酸具有收敛吸附的作用，会吸附枸杞中的微量元素，生成人体难以吸收的物质。

**5．药膳要加矿泉水**

药膳制作加的水最好使用矿泉水。各地水质不同，矿物质含量不同，水碱多少也不同。为了保证水质纯粹，更好的发挥药膳的作用，最好使用矿泉水制作药膳。

**6．食补不能随便补**

药膳，毕竟具有滋补的作用，食用时要根据个人体质需求、四季特点等多方面因素来决定，所以在制作和食用药膳前，最好先咨询中医或相关人员。

苁蓉罗汉肚

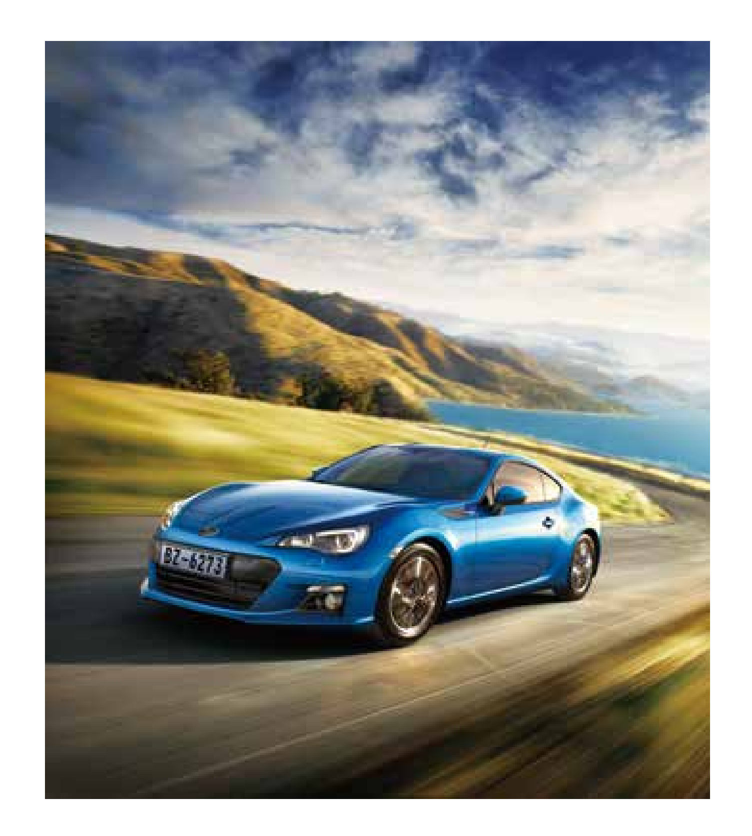
# SUBARU BRZ获IIHS 2014“最高等级安全评定”

## ——至此斯巴鲁全系车型均获得了这一奖项

近日，斯巴鲁汽车母公司——日本富士重工业株式会社（FHI）宣布，SUBARU BRZ车型在2014美国公路安全保险协会（IIHS）的碰撞测试中获得“最高等级安全评定”，至此斯巴鲁旗下全系7款车型均获得了这一奖项。

值得一提的是，在SUBARU BRZ获得IIHS 2014“最高等级安全评定”之前，2014款Impreza翼豹、SUBARU XV、2015款WRX都已获得了这一奖项， 而2014款Legacy力狮、Outback傲虎以及Forester森林人更是获得了IIHS 2014 “最高等级安全评定+”。美国公路安全保险协会（IIHS）的评价再一次印证了以最高标准制造的斯巴鲁汽车拥有集驾驶乐趣、可靠性与安全性于一体的特性。

美国公路安全保险协会（IIHS）进行的碰撞测试有严格的要求和专业评定标准，极具权威性，因此不仅可以为消费者提供权威的汽车安全信息，还可以促进汽车生产商对汽车安全性研究的投入。在这一碰撞测试中，美国公路安全保险协会（IIHS）将乘员与行人所受到保护的安全程度划分为优秀（Good）、良好（Acceptable）、及格（Marginal）和差（Poor）四个级别，要想获得“最高等级安全评定”，至少要在所有四项测试中获得优秀（Good）评定，这四项测试包括：高速正面和侧面碰撞测试、翻滚试验、追尾时座椅/头部保护装置对颈部的保护。除此之外，为加强乘客正面碰撞保护，美国公路安全保险协会（IIHS）于2012年引入小重叠面碰撞测试。




# 斯巴鲁荣获“2014年中国汽车企业社会责任优秀案例奖”




7月25日，由中国汽车文化促进会主办的《2014中国汽车行业企业社会责任报告》发布会在北京举行。斯巴鲁汽车（中国）有限公司作为在中国自然生态保护领域方面做出突出贡献的企业，荣获了“2014年中国汽车企业社会责任优秀案例奖”。

此次被授予“2014年中国汽车企业社会责任优秀案例奖”，是中国汽车文化促进会对斯巴鲁在中国自然生态保护领域所做贡献的极大肯定。而斯巴鲁今后也将继续通过此森林生态保护项目为中国的自然生态保护工作而努力，并希望有更多中国消费者能够关注并加入斯巴鲁“31座森林星之旅”等活动，携手为实现中国绿色梦想共同努力。